||सुतसंहिता-योगदर्शन|| संस्कृत-मराठी, सौ.मानसी वैद्य- ठाणे

||नाडीचक्रनि**रुपणम्||**

ईश्र्वर उवाच- ईश्र्वराने सांगितले.

अथात: संप्रवक्ष्यांमि नाडीचक्रमनुत्तमम् । श्रद्धया गुरुभक्त्याच विद्धि वाचास्पतेऽधुना ।।१।।

आता मि नाडीचक्राबद्दल सांगतो,ज्याचे भेदन गुरुभक्तीमूळे मला समजले.

शरीरं तावदेव स्यात्षण्णत्यङ्गुलात्मकम् । मनुष्याणां मुनिश्रेष्ठ स्वाङ्गुलीभिरिति श्रुति: ।।२।।

शरीर (चक्र) फक्त सहा(शब्द)अंगुळे आहे,हे मुनिश्रेष्ठ मनुष्यांना स्वतःच्या बोटांनी मोजता येईल असे श्रुति म्हणतात.

देहमध्ये शिखिस्थानं तप्तजाम्बूनदप्रभम् । त्रिकोणं मनुजानां तु सत्यमुक्तं बृहस्पते ।।३।।

देहात शिखरावर (शिरोभागात-अग्निस्थान) जेथे तप्तकमळासारिखे आहे तेथे त्रिकोणरूप मानतात जेथे सत्य व मुक्ति वास करते,जेथे गुरुचे स्थान आहे.

गुदात्तु व्द्यङ्गुलादूर्ध्वं मेढ्रात्तु व्द्यङ्गुलादध: । देहमध्यं विजानीहि मनुष्याणां बृहस्पते ।।४।।

गुदापासून दोन(शब्द)अंगुळे व लिंगापासून दोन(शब्द)अंगुळे (त्याच्या मध्यात) मनुष्यांच्या देहामध्ये गुरुंचे स्थान असल्याचे जाणावे.

कदस्थानं मुनिश्रेष्ठ मुलाधारान्नवाङ्गुलम् । चतुरङ्गुलमायामविस्तरं मुनिसत्तम ।।५।।

हे मुनीश्रेष्ठ मूलाधारात कंद (गाठ-तीन नाड्या) स्थान व त्यापासून नऊ(शब्द)अंगुळे देह व त्याच स्थानापासून,हे मुनीश्रेष्ठ (त्याच्यामध्ये नाभिस्थान),चार अंगुळे मायेचा विस्तार आहे (मूलाधारचक्र चार पाकळ्या दर्शविते.)

कुक्कुटाण्डवदाकारं भूषितं च त्वगादिभि: । तन्मध्यं नाभिरित्युक्तं मुने वेदान्तवेदिभि: ।।६।।

त्यात कोंबडयाच्या अंड्यासारखे ते भासते,ज्याच्या मध्यावर नाभिकमळ आहे असे वेदवेदांताचे म्हणणे आहे.

कन्दमध्ये स्थिता नाडी सुषुन्मेति प्रकीर्तिता । तिष्ठन्ति परितस्तस्या नाड्यो मुनिसत्तम ।।७।।

त्या कंदात असलेली नाडी सूषुन्मा प्रसिद्ध असून हे मुनिश्रेष्ठ तेथे कंदात जवळपासच आहे.जी योग्यांसाठी महत्वाची आहे.

व्दिसप्ततिसहस्त्राणि तासां मुख्याश्र्चतुर्दश । सुषुम्ना पिग्ङला तव्ददिडा चैव सरस्वती ।।८।।

७२००० नाड्या योगात सांगतात,पण १४ नाड्या मुख्य आहेत, सुषुम्ना पिग्ङला इडा सरस्वती

पूषा च वारुणी चैव हस्तिजिव्हा यशस्विनी । अलम्बुसा कुहूश्र्चैव विश्र्वोदारा पयस्विनी ।।९।।

पूषा वारुणी हस्तिजिव्हा यशस्विनी अलम्बुसा कुहू विश्र्वोदारा पयस्विनी

शंङ्खिनी चैव गान्धारी इति मुख्याश्र्चतुर्दश। आसां मुख्यतमास्तिस्त्रस्तिसृष्वेका परा मुने ।।१०।।

शंङ्खिनी गान्धारी ह्या मुख्य चौदा नाड्या होत. हे मुने असे हे वृक्षासारखे जाळे आहे.

ब्रह्मनाडीति सा प्रोक्ता मुने वेदान्तवेदिभि: । पृष्ठमध्ये स्थितेनास्थ्ना वीणादण्डेन सुव्रत ।।११।।

हे मुने वेदवेदांताने ब्रह्मनाडीबद्दल सांगितले आहे वीणादंडासारखी(तंबोरा)पाठीच्यामागे स्थित आहे,अशी ती, (कुंडलीशक्ति) सुप्त व निद्रिस्त असलेली मृतवत वाटते.

सह मस्तकपर्यंन्तं सुषुन्मा सुप्रतिष्ठिता । नाभिकन्दादध: स्थानं कुंडल्या व्दङ्गुलं मुने ।।१२।।

हृदयातून शंभर नाड्या मस्तकाकडे जातात त्यात सूषुन्मा आहे,हे मुने,नाभिस्थानापासून कुंडली दोन(शब्द)अंगुळे आहे,सर्व प्रकृती व्यापार-व्यवहार(प्राणाचे) इडा व पिंगळेतून चालतात,सुषुन्मा व्दार बंद आहे त्यामुळे ते वगळले जाते.

अष्टप्रकृतिरूपा सा कुण्डली मुनिसत्तम । यथावव्दायुचेष्टां च जलान्नादीनि नित्यश: ।।१३।।

मूळप्रकृती सात प्रकारांनी रूप घेते (विकृतरूप) व स्वरूप मिळून आठ अशी अष्टधाप्रकृती आहे, तशीस कुंडलिनी हि अष्टधास्वरूप आहे.

परित: कन्दपार्श्र्वेषु निरुध्यैव सदा स्थिता। स्वमुखेन सदाऽऽवेष्ट्य ब्रह्मरंध्रमुखं मुने ।।१४।।

(मुल)कंदात सामावलेली व (मुल)कंदाच्या मागे नेहमी उलटी असते. ब्रह्मरंध्राचे मुख तिच्या तोंडात वेष्टिलेले असते,(जागृतावस्थेत तोंड वर सहस्त्राकडे जाऊन शेपटी कन्दात असते.) जी सर्पिणीप्रमाणे वाटते.

सुषुन्माया इडा सव्ये दक्षिणे पिंग्ङला स्थिता । सरस्वती कुहूश्र्चैव सुषुन्मापार्श्र्वयो: स्थिते ।।१५।।

सुषुन्मेच्या डावीकडे इडा व उजवीकडे पिंग्ङला आहे,प्राण सरस्वतीतून सुषुन्मेकडे जाण्यासाठी शिरतो जो पूर्वेकडे सुषुन्मेतून लिंगाकडे जातो. सरस्वती कुहू ह्या नाड्या सुषुन्मेच्या खाली आहेत.

गान्धारी हस्तिजिव्हा च इडाया: पूर्वपार्श्र्वयो: । पूषा यशस्विनी चैव पिंग्ङलापृष्ठपूर्वयो: ।।१६।।

गान्धारी हस्तिजिव्हा इडेच्या पुढे व पूषा यशस्विनी पिंग्ङलेच्या आधी पण मागे आहेत.

कुव्हाश्र्च हस्तिजिव्हाया मध्ये विश्र्वोदरी स्थिता। यशस्विन्या: कुहोर्मध्ये वारुणी सुप्रतिष्ठिता।।१७।।

कुव्हा व हस्तिजिव्हा मध्ये विश्र्वोदरी, तर यशस्विन्या: कुहु मध्ये वारुणी अशी ह्यांची स्थिती आहे.

पूषायाश्र्च सरस्वत्या मध्ये प्रोक्ता पयस्विनी। गान्धाराया: सरस्वत्या मध्ये प्रोक्ता शंङ्खिनी।।१८।।

पूषा सरस्वती मध्ये पयस्विनी,तर गान्धारी सरस्वती मध्ये शंङ्खिनी आहे असे म्हणतात.

अलम्बुसा स्थिता पायुपर्यन्तं कंन्दमध्यत: । पूर्वभागे सूषुन्माया मेढ्रान्तं संस्थिता कुहू: ।।१९।।

अलम्बुसा कंद मध्यातून योगाच्या पायापर्यंत पूर्वभागात सूषुन्मा, मेढ्रा(लिंग)पर्यंत कुहू: आहे

अधश्र्चोर्ध्व स्थिता नाडी वारुणी सर्वगामिनी । पिग्ङलासंज्ञिता नाडी याम्यनासान्तमिष्यते।।२०।।

खालून वर वारुणी नाडी सगळीकडे जाते, पिग्ङला म्हंटलेली नाडी शेवटी (दक्षिण)उजवीकडून जाते.

इडा चोत्तरनासान्तं स्थिता वाचस्पते तथा । यशस्विनी च याम्यस्य पादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते।।२१।।

इडेच्या शेवटी गुरूस्थान आहे, यशस्विनी (दक्षिण) उजवीकडून पायाच्या अंगठ्याकडे जाणारी आहे.

पूषा याम्याक्षिपर्यंन्तं पिग्ङलायास्तु पृष्ठत: । पयस्विनी तथा याम्यकर्णान्तं प्रोच्यते बुधै:।।२२।।

पूषा (दक्षिण) उजवीकडून पिग्ङलेच्या मागे, पयस्विनी (दक्षिण) उजवीकडून कर्णाकडे जाते असे बुद्धिमान सांगतात.

सरस्वती तथा चोर्ध्वमाजिव्हया: स्थिता मुने। हस्तिजिव्हा तथा सव्यपादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते।।२३।।

सरस्वती ऊर्ध्व होऊन जिव्हेकडे, हस्तिजिव्हा डाव्यापायाच्या अंगठ्याकडे जाते असे म्हणतात.

शंङ्खिनी नाम या नाडी सव्यकर्णान्तमुच्यते। गान्धारी सव्यनेत्रान्ता प्रोक्ता वेदान्तवेदिभि:।।२४।।

शंङ्खिनी नाडी सव्य(उलट) कर्णाकडे, गान्धारी सव्य(उलट) नेत्रांत असे वेदवेदान्तांचे म्हणणे आहे.

विश्र्वोदराभिधा नाडी तुण्डमध्ये व्यवस्थिता । प्राणोऽपानस्तथा व्यान: समानोदान एव च ।।२५।। नाग: कूर्मश्र्च कृकरो देवदत्तो धनज्जय: । एते नाडीषु सर्वासु चरन्ति दश वायव: ।।२६।।

विश्र्वोदरा तोंडाकडे जाते,प्राण,अपान,उदान,व्यान,समान हे मुख्य वायु असून नाग: कूर्म,कृकर देवदत्त,धनंज्जय: हे उपवायु मिळून दहावायु आहेत.

तेषु प्राणदय: पच्य मुख्या: पच्य च सुव्रत । प्राणसंज्ञस्तथाऽपान: पूज्य: प्राणस्तयोर्मुने।।२७।।

पाच वायु हे प्राणांतील मुख्य असुन योगाभ्यासासाठी महत्वाचे आहेत व पूजनीय आहेत.

आस्यनासिकयोर्मध्ये नाभिमध्ये तथा हृदि । प्राणसंज्ञोऽनिलो नित्यं वर्तते मुनिसत्तम ।।२८।।

नासिका,नाभि व हृदयात हा प्राण आहे,हे मुनीश्रेष्ठ प्राण म्हणून म्हटतात तो निळसर आहे.

अपानो वर्तते नित्यं गुदमेढ्रोरुसंधिषु । उदरे वृषणे कट्यां नाभो जंङ्घे च सुव्रत ।।२९।।

अपान हा गुद व लिंग ह्याठिकाणी पोट कंबर जंघा तसेच जननेन्द्रीय येथे असतो.

व्यान: श्रोत्राक्षिमध्ये च कृकट्यङ्गुष्ठयोरपि । प्राणस्थाने गले चैव वर्तते मुनिपुग्ङव ।।३०।।

व्यान कान,कृकट अगुष्ठ्यांमध्ये, हे मुनीश्रेष्ठ प्राण गळ्यात असतो व त्याचेच विविध प्रकार कर्मानुसार भाग होतात,असे सांगतात.

उदान: सर्वसंधिस्थो विज्ञेय: पादहस्तयो: । समान: सर्वदेहेषु व्याप्य तिष्ठत्यसंशय: ।।३१।।

उदान सांध्यात व हातपाय ह्यात,समान सर्व देहात व्याप्त असून (नि:संशय),नेहमी अस्तित्वात असतो.

नागादिवायव: पच्य त्वगस्थ्यादिषु संस्थिता:। उग्दारादिगुण: प्रोक्तो नागाख्यस्य बृहस्पते।।३२।।

नागवायु पंचकोशात आहे व प्राणाचा बाह्यभाग आहे उद्गार(उच्चार)गुणांनी नागवायु युक्त असल्याचे गुरुंचे म्हणणे आहे.

निमीलनादि कुर्मस्य क्षुतं तु कृकरस्य च । देवदत्तस्य कर्म स्यात्तन्द्रीकर्म महामुने ।।३३।।

कूर्म व कृकर डोळ्यांची उघडझाप व देवदत्ताच्या कामानंतर हे महामुने इंद्रिये काम करतात.

धनंज्जयस्य शोभादि कर्म प्रोक्तं बृहस्पते । नि:श्र्वासोच्छ्वासकासंदि प्राण कर्म बृहस्पते ।।३४।।

धनंजय सौंदर्य कार्य तर प्राण श्र्वासनि:श्र्वास कार्यासाठी असल्याचे गुरूंचे म्हणणे आहे.

अपानाख्यस्य वायोस्तु विण्मूत्रादिविसर्जनम् । समान: सर्वसामीप्यं करोति मुनिसत्तम ।।३५।।

अपानवायु मलमूत्र विसर्जन कार्य तर हे मुनिश्रेष्ठ समान सगळीकडे व्याप्त आहे.

उदान ऊर्ध्वगमनं करोत्येव न संशय: । व्यानो विवादकृत्प्रोक्तो मुने वेदान्तवेदिभि: ।।३६।।

उदान वर जाणारा आहे ह्यात संशय नाही,व्यान आवाज(बळ देणारा)करणारा आहे असे वेदवेदांताचे म्हणणे आहे.

सूषुन्माया: शिवो देव इडाया देवता हरि: । पिग्ङलाया विरिश्चि: स्यात्सरखत्या विराण्मुने।।३७।।

सूषुन्मा शिवरूप इडा हरिरूप असून पिग्ङला विरिश्रि,धैर्यरूप आहे,हे विरमुने (योगात धैर्य धारण करणाऱ्या) ज्यातील वायुस 'मारुत' असे नाव आहे.

पूषा दिग्देवता प्रोक्ता वारुणी वायुदेवता । हंस्तिजिव्हामिधायास्तु वरुणो देवता भवेत् ।।३८।।

पूषा, हस्ति,जिव्हा ह्याची वरुण देवता मानतात.

यशस्विन्या मुनिश्रेष्ठ भगवान्भास्करो मुने । अलम्बुसाभिमान्यात्मा वरुण: परिकीर्तित: ।।३९।।

यशस्विनि हे मुनिश्रेष्ठ सुर्य तर अलम्बुसा वरुण देवता अशी मान्यता आहे.

कुहो: कुर्देवता प्रोक्ता गान्धारी चन्द्रदेवता । शाल्ङिन्याश्र्चन्द्रमास्तव्दत्पयस्विन्या: प्रजापति:।।४०।।

कुहु गान्धारी चन्द्रदेवता तर शाल्डिन्या चंन्द्र पयस्विनि प्रजापति,

विश्र्वोदराभिधायास्तु भगवान्पावक: पति: । इडायां चन्द्रमा नित्यं चरत्येव माहामुने ।।४१।।

विश्र्व उदरात पावक(वायुदेव) तर इडा नित्यं चंन्द्रमारूप असल्याचे हे महामुने समजतात.रात्रीच्या वेळी इडा प्रभावी असून काळरात्री प्रवेश करणारा वायु पुर्णत: चंन्द्रप्रभावाखाली असल्याचे दिसते,अहोरात्री वृत्ती ऊर्ध्व व श्र्वास बारा(शब्द) अंगुळे असतो असे समजतात.

पिग्ङलाया रविस्तव्दन्मुने वेदविदां वर । पिग्ङलाया इडायां तु वायो: संक्रमणं तु यत् ।।४२।।तदुत्तरायणं प्रोक्तं मुने वेदार्थवेदिभि:। इडाया: पिग्ङलायां तु प्राणसंक्रमणं मुने ।।४३।

वेदवेदांताप्रमाणे पिग्ङला (दक्षिणेकडे आहे) सुर्यरूप आहे,व इडा(उत्तरेकडे) चंद्ररूप (मकरसमयांत सुर्य कर्काटनापर्यंत (मकर- ते कर्क) उत्तरेकडे जातो तेव्हा पवनहि(वायुही) उत्तरेकडून जातो.त्यामुळे नाडीतील पवन दक्षिणरूप असल्यासारखे वाटते,'वामदक्षिण- उत्तरदक्षिण हे नाड्यांसाठी', म्हणून ह्याचसाठी सांगतात.)

दक्षिणायनमित्युक्तमं पिंग्ङलायामिति श्रुति:। इडापिग्ङलयो: संधि यदा प्राण: समागत: ।।४४।।

पिंग्ङला दक्षिणायन असे श्रुति(वेद)सांगतात इडा व पिंग्ङला संधि (एकत्र) म्हणजे प्राण (सुर्य चन्द्र एकत्र असणे म्हणजे प्राण ज्यात दोन्ही एकत्र असतात तेव्हा अमावस्या आहे असे म्हणतात.)

अमावस्या तदा प्रोक्ता देहे देहभृतां वर । मुलाधारं यदा प्राण: प्रविष्ट: पंण्डितोत्तम ।।४५।।तदाSSद्यं विषुवं प्रोक्तं तापसैस्तापसोत्तम । प्राणसंज्ञो मुनिश्रेष्ठ मूर्धानं प्रविशेद्यदा ।।४६।।

देहात तेव्हा अमावस्या असते, सुर्य उत्तर दक्षिण फिरताना दोनदा मध्यावर येतो तेव्हा काल्पनिक उत्तर-दक्षिण संधि होते म्हणून प्राण मुर्धेत आहे असे म्हणतात,म्हणून मुलाधारातील प्राण(शब्द)अंगुळे,दोन आहेत, असे म्हणतात.

तदाSन्त्यं विषुवं प्रोक्तं धार्मिकैस्तत्त्वचिन्तकै:।नि:श्र्वासोच्व्छासनं सर्व मासानां संक्रमो भवेत्।।४७।।

धार्मिक तत्वे ह्याच विषुवा (मध्या) बद्दल सांगतात असे दिसते, नि:श्र्वास व श्र्वास ह्याचे सर्व मांसात संक्रमण होते.(इडेकडून पिंगळेकडे व पुन: इडेकडे असे संक्रमण (संक्रात-काळाप्रमाणे) होते.)

इडाया: कुंडलीस्थानं यदा प्राण: समागत:। सोमग्रहणमित्युक्तं तदा तत्वविंदा वर ।।४८।।

प्राण जेव्हा इडेत असतात तेव्हा चंन्द्ररूप असल्याने सोमग्रहण समजतात असे तत्ववेत्यांचे म्हणणे आहे.

तथा पिग्ङलाया प्राण: कुंडलीस्थानमागत:। यदा तदा भवेत्सुर्यग्रहणं मुनिसत्तम ।।४९।।

प्राण जेव्हा पिग्ङलेत असतात तेव्हा सुर्यरूप असल्याने हे मुनिश्रेष्ठ सुर्यग्रहण समजतात.

श्रीपर्वत: शिरस्थाने केदारं तु ललाटके । वाराणसी महाप्राज्ञ भृवोघ्राणस्य मध्यमे ।।५०।।

शरीरातील शिरस्थान श्रीपर्वत,तर केदार कपाळात व वाराणसी भृकुटी व नाक ह्याच्यामध्ये आहे मानतात.

भ्रुवोर्घ्राणस्य य: संधिरिति जाबालकी श्रुति: । कुरुक्षेत्रं कुचस्थाने प्रयोगो हृत्सरोरुहे ।।

चिदम्बरं च हृन्मध्य आधार: कमलालय: ।।५१।।

भ्रुवा व घ्राण (नाक) ह्यांच्या संधिस्थानी जाबाल(देवस्थान) समजतात जेथे मुक्त जीव वास करतो,हृदयाकडून मुक्ति-प्रयत्न होत असून त्याचे मुख्य भेदन स्थान छाती जवळ आहे,चिदाकाश हृदयात असून त्या हृदयकमळास हृदय मध्यात आधार आहे.

आत्मस्थं तीर्थमुत्सृज्य बहिस्तीर्थानि यो ब्रजेत । करस्थं स महारत्नं त्यक्त्वा कांच विमार्गति ।।५२।।

देहातील तीर्थे हि बाहेर असलेल्या तीर्थांसारखी दिसत नसून त्याच्या स्थानानुसार कीर्तीमान आहेत,(शिव)लिंगाबद्दल हि तसेच, कर(हात)(मुद्रा) हे महारत्न असून सगळ्यांना जोडते म्हणून तेजोमय आहे.सर्व वरील स्थानभेद हे भावभेद आहेत,जे विशेषत्वामुळे होत,प्रत्यक्ष्यांत एकरुपता आहे.

भावतीर्थं परं तीर्थं प्रमाणं सर्वकर्मसु । अन्यथाऽऽलिग्ङ्यते कान्ता भावेन दुहिताऽन्यथा ।।५३।।

कर्मानुसार भावतीर्थ हेच परमतीर्थ होय,देहप्रकृती लिंगभावाने पत्नी, अन्यथा पुत्रीच्या प्रमाणे आहे.

तीर्थानि तोयपुर्णानि देवान्काष्ठादिनिर्मितान् । योगिनो न प्रपंद्यन्ते स्वात्मप्रत्ययकारिण:।।५४।।

पुर्णपणे तीर्थक्षेत्रे हि शास्त्रासाठी आहेत ज्याने सामान्यांना भाव निर्मिती होते,योग्यांना आत्मप्रत्यय हेच तीर्थक्षेत्र आहे.

बर्हिस्तीर्थात्परं तीर्थमन्तस्तीर्थं महामुने । आत्मतीर्थं परं तीर्थमन्तत्तीर्थं निरर्थकम् ।।५५।।

हे महामुने अंतर्तीर्थे बाह्यतीर्थाप्रमाणे असून आत्मतीर्थ हेच परमतीर्थ असून बाकीचे निरर्थक आहे.

चित्तमन्तर्गतं दुष्टं तीर्थस्नानैर्न शुध्यति । शतशोऽपि जलैर्घौतं सुराभांण्डभिवाशुचि ।।५६।।
विषुवायनकालेषु ग्रहणे चान्तरे सदा । वाराणस्यादिके स्थाने स्त्रात्वा शुद्धो भवेन्नर: ।।५७।।

अंतर्गत वाईट झालेले चित्त देहातील तीर्थस्थानात शुद्ध होते. जे अनेक प्रकारचे शुद्ध जल प्यायल्याने शक्य नाही. कालानुरूप शुद्ध वृत्तीस ग्रहण(-अडथळा येतो) लागते. पण वाराणसी (भृकुटीत-प्राण) क्षेत्र स्थानात आल्यावर सर्व शुद्ध होते.

ज्ञानयोगपराणां तु पादप्रक्षालितं जलम् । पापशुध्यर्थमज्ञानां तत्तीर्थं मुनिसत्तम ।।५८।।

ज्ञानयोगाचे पवित्र जल शिंपडल्याने पापशुद्धि होते,पाप शुद्धि करण्यासाठी हे मुने ज्ञान आवश्यक आहे.

तीर्थे दाने तपोयज्ञे काष्ठे पाषाणके सदा । शिवं पश्यति मूढात्मा शिवो देहे प्रतिष्ठित: ।।५९।।

मूढ,शिवांचा तीर्थे दाने तपोयज्ञ काष्ठ पाषाण ह्यात शोध घेतात पण खरोखर शिवरूप हे देहातच प्रतिष्ठित आहे.

सर्वत्रावस्थितं शान्तं न प्रपश्यन्ति शंक्ङरम् । ज्ञानचक्षुर्विहीनत्वादहो मायाबलं मुने ।।६०।।

ज्ञानचक्षु नसल्यामुळे मायाबलाने हे मुने जे दिसत नाही,पण खरेतर सगळीकडे ते शान्त शिवरूप आहे.

आत्मस्थं य: शिवं त्यक्त्वा बहिस्थं यजते शिवम् । हस्तस्थं पिंडमुत्सृज्य लिहेत्कूर्परमात्मन: ।।६१।।

जे शिवांचे बाह्यरूप समजतात ते अंर्तरूप आहे,हाताने तयार केलेल्यासारखे बाह्य परमात्मास्वरूप(पिंडरूप) आत आहे.

शिवमात्मनि पश्यन्ति प्रतिमासु न योगिना: । अज्ञानां भावनार्थाय प्रतिमा: परिकल्पिता:।।६२।।

योगीजन हे शिवाची प्रतिमा पाहत नाहीत तर अज्ञानी जीवांच्या भावनेसांठी प्रतिमा कल्पिली आहे.शुद्ध चित्त स्थापना हेच ह्यामागील कार्य आहे.

अपूर्वान परं ब्रह्म स्वात्मानं विशुद्धज्ञानदेहिनम् । प्रज्ञानधनमानन्दं य: पश्यति न पश्यति ।।६३।।

अपूर्व परब्रह्म हे देहातच असून जे विशुद्धज्ञान देहात देते,त्या विशुद्ध ज्ञानासाठी असलेली कारणरहित निश्कल आनंदस्थिती बाहेर सापडत नाही.तसेच त्या स्थितीतील दर्शन होत नाही.

सर्वभूतस्थमात्मानं विशुद्धज्ञानदेहिनम् । स्वात्मन्यपश्यन्बाह्येषु पश्यन्नपि न पश्यति ।।६४।।

सर्वभूतांचा आत्मा हा विशुद्धज्ञान रुपात अंतर्यामातच आहे,फक्त बहिर्योग हा विफल असून अंर्तयोग भाव हा आवश्यक आहे.

देवतां महतीमन्यामुपास्ते स्वात्मनोऽन्यत: । न स वेद परं तत्वमथ योऽन्यामिति श्रुति: ।।६५।।

आत्मज्ञानासाठी महेश्र्वर पूजन मुख्य आहे,अनेक देवतांच्या महती ऐकून लोक आराधना करतात,परंतु तत्वत: वेद व श्रुति ह्यांचे तत्वत: असे म्हणणे नाही.

नडीपुज्जं सदासारं नरभावं महामुने । समुत्सृज्याऽऽत्माऽऽत्मनमहमित्यवधारय।।६६।।

अनेक नाडयांचा पूंजका (संसारकल्लोळ) हा हे,महामुने मनुष्य स्वभाव आहे,मनाचा गोंधळ कमी करणे हेच नित्यधारणेसाठी योग्य आहे.

अशरीरं शरीरेषु महान्तं विमुमीश्र्वरम् । आनंन्दमक्षरं साक्षान्मत्वा धीरो न शोचति।।६७।।

शरीरातील अशरीररूप आत्मा हा मुक्त असून,धैर्य धारण करणारे त्या तेजोमय आनंदमय अक्षराबद्दल साक्षरूप मानत नाहीत.(योगीजन तद्रूपता मानतात साक्षीरूप नाही)

विभेदजनकेऽज्ञाने नष्टे ज्ञानबलान्मुने । आत्मनो ब्रह्मणो भेदमसन्तं क: करिष्यति ।।६८।।

ज्ञान बलाने सर्व भेद नाहीसे होतात,ब्राह्मण हे आत्मज्ञानासाठीच भेद नाहिसा करतात.

सर्व समासत: प्रोक्तं सादरं मुनिसत्तम । तस्मान्मामयं देहं मुक्त्वा पश्य स्वमात्मकम् ।।६९।।

देहमुक्ति व आत्मज्ञानासाठी,हे मुने सर्व सांगितले.म्हणून आत्मबोध करून घेऊन मुक्त व्हावे.

सुत उवाच - सुत म्हणाले

इति श्रुत्वा गिरां नाथो भक्त्या परवश: पुनः । स्तोतुमारभते देवम्बिकापतिमभ्हुतम् ।।७०।।

अशारितीने गिरिनाथ(शिव) भक्तिबद्दल तु ऐकलेस,म्हणून अम्बिकापतीची पुष्कळ स्तुती करावी.

बृहस्पतिरुवाच–बृहस्पति म्हणाले (८३ व्या ओळीपर्यंत बृहस्पतिंनी शिंवाची विविधरूपे व त्यांची स्तुती गायली आहे व सुतांनी फळ सांगितले आहे.)

जय देव परानन्द जय चित्सत्यविग्रह । जय संसाररोगन्घ जय पापहर प्रभो ।।७१।।

परमानंद,सत्यरूप,संसाररोग नाहीसा करणाऱ्या,पाप नाहिसे करणाऱ्या प्रभूंचा जयजयकार असो.

जय पूर्ण महादेव जय देवारिमर्दन । जय कल्याण देवेश जय त्रिपुरमर्दन ।।७२।।

जयाहक्ङारशत्रुघ्न जय मायाविषापह । जय वेदान्तसंवेद्य जय वाचामगोचर ।।७३।।

जय रागहरश्रेष्ठ जय व्देषहराग्रज । जय साम्ब सदाचार जय सर्वसमाभ्हुत ।।७४।।

जय ब्रह्मादिभि: पूज्य विष्णो परामृत । जय विद्यामहेशान जय विद्याप्रदानिशम् ।।७५।।

जय सर्वांग्ङसंपूर्ण नागाभरणभूषण । जय ब्रह्मविदां प्राप्य जय भोगापवर्गद ।।७६।।

जय कामहर प्राज्ञ जय कारुण्यविग्रह । जय भस्म महादेव जय भस्मावगुण्ठित ।।७७।।

जय भस्मरतानां तु पाशभग्ङपरायण । जय हृत्पक्ङजे नित्यं यातिभि: पूज्यविग्रह: ।।७८।।

सुत उवाच–

इति स्तुत्वा महादेवं प्राणिपत्य बृहस्पति:। कृतार्थ: क्लेशनिर्मुक्तो भक्त्या परवेशोऽभवत् ।।७९।।

य इदं पठते नित्यं संध्ययोरुभयोरपि । भक्तिपारंगतो भूत्वा परं ब्रह्माधिगच्छति ।।८०।।

गग्ङाप्रवाहवत्तस्य वाग्विभूतिर्विजृम्भते । बृहस्पतिसमो बुद्ध्या गुरुभक्त्या मया सम:।।८१।।

पुत्रार्थी लभते पुत्रं कन्यार्थी कन्यकामियात् । ब्रह्मवर्चसकामस्तु तदान्प्रोति न संशय:।।८२।।

तस्माभ्दवभ्दिर्मुनय: संध्ययोरुभयोरपि । जप्यं स्तोत्रमिदं पुण्यं देवदेवस्य भक्तित:।।८३।।

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे नाडीचक्रनिरुपणं समाप्त:।।

सनतकुमार संहिता

।। नाडीविवरण ।।

कुमुंदस्य यथा मूलमुत्पलस्य तथैव च । नालानामपि सर्वेषामुप्तत्तिस्थानमुत्तमम्।।१।।

कमळाच्या देठातुन(मुळातुन)सगळ्याचे उत्पत्ती स्थान आहे,तसेच लालकमळ(मूलाधार-चक्र) हे मूळ आहे.

तथैव नाभिर्नाडीनामुत्पत्तिस्थानमुच्यते । व्दिसप्ततिसहस्त्राणि नाड्य: परिकीर्तिता:।।२।।

नाभिनाड्यांचे तसेच उत्पत्तीस्थान आहे, ७२००० नाड्या आहेत असे प्रसिद्ध आहे.

तिर्यगूर्ध्वमधश्र्चैव देहे ता: स्युर्व्यवस्थिता: । आग्नेयश्र्चैव सौम्याश्र्च सौम्याग्रेच्यस्तथैव च ।।३।।

त्रिकोणस्थानाची व्यवस्था हि वरच्या बाजूला मध्ये आहे,आग्नेयदिशेला चंद्र व त्याचे नाडीअग्र(टोक) आहे.

सर्वा ऊर्ध्वमुखा नाड्यस्त्वाग्रेय्य: परिकीर्तिता। अधोमुखास्तथा सौम्यास्र्तिर्यक् चैवोभयात्मिका:।।४।।

वर (उर्ध्व) जाणाऱ्या नाड्या व त्यांची टोके (त्या कोठे जातात) कोठे आहेत हे प्रसिद्ध आहे,खाली मुळाकडे वळणाऱ्या नाड्या सौम्य असून त्या भयावह आहेत असे म्हणतात (त्यांची जोडणी क्लिष्ट आहे-जणु त्या अधोगती दाखवितात)

शतव्दयं चाष्टषष्टि: प्रतिदिक्कं व्यवस्थिता: । शतसाहस्त्रिकायां तु संहितायां पुरा खलु ।।५।।

दोनशे नाड्यांचा एक जुडगा आहे (एकत्र आहेत) अशी व्यवस्था दिसते,हजारो नाड्या संहितांमध्ये सांगितल्या आहेत.

नाभिन्यासां तु सर्वासां कथितानि सविस्तरम् । दशानां तु प्रधानानां तन्नामात्र प्रवक्ष्यते ।।६।।

वरील सांगितलेले नाभिभागासाठी महत्वाचे,सविस्तर सांगितले,मुख्य दहा नाड्या आहेत असे मानतात.

इडा च पिंग्ङला चैव सुषुन्मा च तथा परा । गान्धारी हस्तिजिव्हा च पूषा च सुयशास्तथा ।।७।।अलम्बुसा कुहूश्र्चैव कौशिकी दशमी तथा । इडा चैव सूषुन्मा च स्थिते पिंग्ङलया सह ।।८।।

इडा,पिंग्ङला,सुषुन्मा,गान्धारी,हस्तिजिव्हा,पूषा,सुयशा, अलम्बुसा कुहूश्चैव कौशिकी मुख्य दहा नाड्या आहेत, इडा व सूषुन्मा ह्या पिंग्ङले बरोबर आहेत.

नासापुटे चोर्व्धमुख्यौ शुक्लरक्ते च वर्णत: । गान्धारी हस्तिजिव्हा च पूष्णा च सहिते स्थिते ।।९।।

नासिका व मुखाच्या ऊर्ध्व भागात सफेदलाल रंगाची आहे असे वर्णन दिसते. गान्धारी,हस्तिजिव्हा पूष्णा ह्या एकत्र दिसतात.

बस्तिदेशं समाश्रिचत्य पीतकृष्णे स्थिते समे । अलम्बुसासुयशसौ स्थिते दक्षिणापार्श्र्वत: ।।१०।।

गुदाजवळ काळसर-पिवळ्या रंगाची आहे असे समजतात,अलम्बुसा-सुयशा दक्षिणेकडे-पार्श्र्वभागी आहे असे म्हणतात.

बभ्रुश्र्यामे च वर्णेन सौम्याग्रेयगुणान्विते । कौशिकी च कुहूश्चैव वामपाश्र्वे समाश्रिते ।।११।।

बरीच वर्णन(प्रसिद्ध-असलेली) केलेली (लालसर-राखाडी) शुभगुणात्मक आहे. कौशिकी व कुहू ह्या डावीकडे-मागे अस्तित्वात आहे.

अज्ज्ननारूणसंकाशे सौम्याग्रेयगुणान्विते । दश प्रणवहा ह्येता नाड्य: परिकीर्तिता: ।।१२।।

अज्जनांजवळील(आज्ञाचक्र)(आकाशात) असलेली नाडी पवित्र-गुणांनी युक्त आहे,दहा-प्राण मुख्य असून त्यासंबंधीच्या नाड्या प्रसिद्ध आहेत.

प्राणास्तु दश संप्रोक्ता यथासंख्यक्रमेण तु । प्राणोऽपान: समानश्र्च उदानो व्यान एव च ।।१३।।

दहा मुख्य प्राण असल्याचे म्हणतात प्राण,अपान,समान,उदान,व्यान मुख्य होत.

नागश्र्चैव कुमारश्र्च कृकरश्र्च तथा पर: । धनंजयो देवदत्त इति प्राणा दश स्मृता: ।।१३।।

नाग,कुमार,कृकर,धनंजय व देवदत्त हे उपप्राण होत.

प्राणस्तु प्रथमो वायु: शेषाणां प्रभुरेव स:। इडा वहति तं वायुं नाडी या प्रथमा मता ।।१४।।

प्राणातील प्रथम राहिलेला वायु सर्वात-शक्तिशाली आहे.नाडी इडेत तो प्रथम वाहतो,असे प्रथम मत आहे.

प्राण: प्राणयते यस्माद्विसर्ग पूरणं प्रति । नित्यमापूरयत्येष प्राणिनामुरसि स्थित: ।।१५।।

प्राणातील,प्राणशक्ति एकमेकाला पूरक अशा नैसर्गिकपणे दोन स्वरूपाची असून नित्य देहपुरात असून मुळात राहते.

निश्र्वासोव्छ्वासकासैश्र्च प्राणो जीवसमाश्रित:।प्राणनं कुरुते यस्मात् तस्मात् प्राण इति स्मृत:।।१६।।

नि:श्र्वास व श्र्वास घेतल्यानंतर प्राण जीवात प्रवाहित होतात,प्राण असे करतात कि तसे, हि फक्त स्मृति आहे.

उह्यमानस्तु गन्धार्या नाड्यापान: स्ववेगत: । शुक्लमूत्रपुरीषादि गुदस्थाऽपनयेत् सदा ।।१७।।

गंधातील बदल हा नाड्यांतील वायुच्या स्वतःच्या वेगानुसार आहे.मूत्राचा व मलाचा सफेद रंग नेहमी स्थित गुदस्थानातील वायुमुळे आहे.

तस्मांदपान इत्युक्तो वायु: प्राणादनन्तर: । उह्यमान: समानस्तु समोऽलम्बुसया मत:।।१८।।

असे घडते ते वायु प्राणरूपाने असल्यानंतर,ढोबळमानाने समानवायु करतो असे मत आहे.

पीतं भक्षितमाघ्रातं लीढं पित्तकफादिकान् । रसान् नानाविधांश्र्चैव समानयति सर्वत: ।।१९।।

खाल्लेले अन्न पित्त व कफ खातो,व आम्ल(पिवळे)अन्न विरघळवून टाकते.रस नाना प्रकारचे आहेत पण समान वायु सर्वत्र आहे.

सर्वदा सर्वगात्रेषु समानस्तेन मारुत: । कुहूर्वहति च व्यानं वामपार्श्र्वे समाश्रिचत: ।।२०।।

नेहमी सर्व इंद्रियात समान मारुतरूपाने आहे, कुहूत व्यान असून तो पाठीमागे डावीकडे त्यात मिसळून आहे.

कुरुते स पुनर्व्यान: कर्माण्येतानि सर्वश: । विनामयत्यथाग्ङानि कुर्यात व्याधिप्रकोपनम् ।।२१।।

व्यानाने सर्व कर्मे पुनः सुरु होतात,त्याच्या चुकिच्या पसरण्याने अनेक व्याधि उत्पन्न होतात.

स्मृतिप्रीतिविनाशं च वार्द्धके व्यान उच्चते । उदानस्तु सूषुन्मायामुहृयमानस्तथैव च ।।२२।।

स्मृतीचा नाश व वार्धक्य हे व्यानाचे काम आहे. उदानवायु सुषुन्मेत आल्यास जाणीव नाहीशी होते किंवा घेरी येते.

स्पंन्दयत्यधरं वक्त्रं नेत्रं गात्रप्रकम्पनम् । उद्योजयति कर्माणि उदानस्तेन कीर्तित: ।।२३।।

त्याच्या स्पंदनाने तोंड (चेहेरा),डोळे,गात्र कंपायमान होतात.कर्म करावयास गेल्यास उदासिनता वाटते(अनुस्साह) वाटतो.

पिंग्ङलायां तु नागाख्या वायुरुर्ध्वमुख: स्थित:। उग्दारं वमनं हिक्कां तथा वै मेहनं पुनः ।।२४।।

नागवायू पिंगळे जवळ उर्ध्व (वर) होतो,उच्चार उलटी उचकी व लघवी करणे हे कार्य होते.

करोति मारुतो नाग: प्राणिनां देहमाश्रित: । हस्तिजिव्हागतो वायुर्देवदत्त इति स्मृत: ।।२५।।

मारुत व नाग प्राण्यांच्या देहात मिसळतो. हस्तिजिव्हा नाडीकडे देवदत्त जातो असे म्हणतात.

विजृम्मणं च गात्राणां स्तम्भनं च करोत्यसौ । मीलनं कुरुते नित्यं कुमार: पूषणि स्थित:।।२६।।

पूषा नाडीत असलेला,मिलनाची सुरवात करतो, विजृम्मण गात्रांत स्तंभन निर्माण करतो.

तथा सुयशसि स्थित्वा कृकर: क्षुभितं नयेत् । घोषं च कुरुते स्थित्वा कौशिक्यां तु धनंजय:।।२७।।

सुयशेतील कृकरामुळे तीव्र भावना कमी होतात, कौशिकेत असलेल्या धनंजयाने घोष (घरघर आवाज) करता येतो.

न मुच्चति सदा चासौ मृतस्यपि कलेवरम् । नाडीचक्रं यथावस्थं कथितं चानुपूर्वश:।।२८।।

प्रेतात शेवटपर्यंत वास करणारा वायुच आहे,नाडीचक्रांत स्थित जलात-असलेल्यात सुद्धा त्याचा वास असल्याचे पूर्व सुरींचे म्हणणे आहे.

दशारं चक्रमेतत्तु नाड्यो यत्र संस्थिता: । चक्रं तु भ्रमते देहे दशस्थानेषु सर्वदा ।।२९।।

दहा चक्रात नाड्या स्थापित आहेत, दहा चक्रात दहा स्थानात वायूचे नेहमी भ्रमण आहे.

कर्मात्मा जीवसंज्ञोऽस्मिंश्चक्रे भ्रमति शाश्वतम् । हृत्पुण्डरीकमध्ये तु सदा संकोचयन् प्रभु:।।३०।।

नक्कीच,जीव आपल्या कर्माने चक्रात फिरत राहतो. परमात्मा हा हृदयात नेहमी संकोच (सूक्ष्म) करून आहे.

सदाविष्णुर्भवत्येष क्षेत्रज्ञ इति संज्ञित:। अणोरणीयानत्यन्तं शालिशूकाग्रपिज्जर:।।३१।।

नेहमी विष्णुंना क्षेत्रज्ञ म्हणून म्हटले जाते,सर्व अणुरुणुपर्यंत,शब्द व इतर,हे श्रीविष्णूंच्या पायापासून उत्पन्न झाले आहे. (श्रीविष्णूंपासून हि उत्पत्ती आहे.)

तस्येश्र्वरस्य चैश्र्वर्याच्चक्रमेतत् प्रवर्तते । चक्रमध्येऽत्स संप्रोक्तो हृत्पद्मस्य यथोभ्दव:।।३२।।

इश्र्वराचे ऐश्र्वर्य हे क्रमाक्रमाने प्रकट दिसते,चक्रामध्ये हृदयातील कमळाचा संबंध मुळापासुनच आहे.

हृत्पद्मस्याष्टपत्रस्य मध्ये वै कर्णिका मता । शक्तयस्तत्र तिष्ठन्ति परमेष्ठ्यादय: क्रमात् ।।३३।।

हृदयातील कमळ-पत्रात सर्व मूळस्थानापासून असल्याने परमात्म्याचा वास तेथे क्रमाने होणे शक्य होते.

परमेष्ठी पद्ममध्ये सदाविष्णुं समाश्रित: । चतुर्दिक्षु तत: पश्र्चाच्छेषा वै शक्तय: स्मृता: ।।३४।।

त्या पद्मात नेहमी श्रीविष्णूंचा वास असतो,त्यांचा वास चारही दिशांना(सगळीकडे)असून,त्यामुळे त्याचा प्रभाव पाचपदरी असल्याचे सांगतात.(नाभिचक्राजवळ जलनेभी,तेथे विष्णु माया आहे.)

अर्कबह्निहिरण्याभा वर्णत: परिकीर्तिता: । नाम्ना चैव पुमान् विश्र्वो निवृत्ति: सर्व एव च ।।३५।।

ब्रह्मस्थानी (हिरण्य) अग्निरूप असल्याचे प्रसिद्ध आहे,सर्व नामरूप विश्र्वाची(मनातून) निवृत्ति करावी,(मनुष्य नामरहित होईल).

तेषां मध्ये दशावस्था: प्रभोर्नारायणस्य ह । तास्ववस्थासु संलीन: पुरुषस्तु निरामय: ।।३६।।

त्या निवृत्ति रहित अवस्थेत प्रभुनारायणाचे दर्शन होते,त्या (दहाव्या)अवस्थेत असलेला पुरुष निरामय अवस्थेत जातो.

एवं स्थिते चक्रपद्मे बहि:प्राणा दश स्थिता: । इडायां च सुषुन्मायां प्राणश्र्वरति वै क्रमात् ।।३७।।

चक्रांमध्ये बाहेरील दहा प्राण स्थित (कार्यरत) आहेत.इडा ते सूषुन्मा असा प्राणांचा क्रम आहे.

इडा चांन्द्रमसी नाडी सुषुन्मा सूर्यसंभवा । इडा नासापुटे वामे सुषुन्मा दक्षिणे स्थिता ।।३८।।

इडा चंन्द्रनाडी असून सुषुन्मा,सुर्यनाडी असल्याचे मानतात,नाकात इडा डावीकडे तर सूषुन्मा उजवीकडे आहे असे मानतात.

अयने व्दे च संक्रान्ति विषुवे चेति भेदत: । भवन्ति प्राणसंचारक्रमान्नाड्योस्तथोभयो: ।।३९।।

अयन(सुर्याचे उत्तरायण व दक्षिणायन) संक्रातीच्यावेळी होते त्याप्रमाणे नाड्यातील प्राणसंचार क्रम असतो.

इडायां वर्तते प्राणो यदा तद् दक्षिणायनम् । यदा वसेत् सुषुन्मायां तद् भवेदुत्तराणम् ।।४०।।

दक्षिणायन असताना प्राण इडेत तर उत्तरायण असताना सूषुन्मेत असतात.

प्रयाति यस्मादयं वायु: काले नासापुटात् पुटम् । संक्रान्तिरिति स प्रोक्त: क्रमेण प्राणसंक्रम:।।४१।।

काळानुरूप वायु नाकपुडीतून वाहातो, संक्रातीसमयी सूर्याच्या क्रमणानुसार हा बदल होतो.

यदा ह्याभ्यां पुटाभ्यां तु समकालं वहत्यसौ । कालं तं विषुवं प्राहु: पुण्यकर्मणि पूजितम् ।।४२।।

जर नाकपुडीतील वायु समकाळानुसार वाहत असेल तर सुर्यक्रमणाच्या मध्ये जेथे दिशा बदलते तेथे पुण्यकर्माने पूजन हितावह आहे.

अयने दक्षिणे कुर्यात् स्नानकर्म यथाविधि । अयने चोत्तरे कुर्यात सर्वकर्माणि साधक: ।।४३।।

दक्षिणेकडे मार्गक्रमण असताना स्नानकर्म यथाविधी करावे व उत्तरेकडे मार्गक्रमण असताना साधना कर्म करणे हितावह आहे.

संक्रान्त्यां दानकर्माणि ध्यानं तु विषुवे तथा । ऊर्ध्व प्राणस्त्वह: प्रोक्तस्त्वपानो रात्रिरुच्यते ।।४४।।

अयनाच्या मध्यावर ध्यान संक्रांतीला दान करावे, रात्रीच्या वेळेस त्यानंतर प्राण ऊर्ध्व (वर) होतो.

अयुते व्दे सहस्त्रं च षट् शतान्यधिकानी च । अहोरात्रेण वै योगे मात्रासंख्या प्रयुज्यते ।।४५।।

अशा वेळी मात्रां वेगवेगळ्या(संयुक्त नसतात) व त्यांची संख्या हजारो असून सहाच्या पटित असतात.अहोरात्री योगासाठी असलेल्या मात्रा अनुकूल असतात.

प्राणायामं समासेन कथयामि यथाविधि । उच्चारयेत्तु प्रणवं स्वरेणैकेन योगवित् ।।४६।।

अश्यारितीने यथाविधी प्राणायाम सांगितला,योगीजन प्राणात ॐकाराचा उच्चार करतात.

उदरं पूरयित्वा तु वायुना यावदीप्सितम् । प्राणायामो भवेत्येष पुरको देहपूरक: ।।४७।।

वायुने उदर भरून टाकावे,ज्याने पूरक प्राणायाम करता येईल.

विधाय सर्वगात्राणि निश्र्वासोव्छासवर्जितम् । संपुर्णकुम्भवत् तिष्ठेत् प्राणायाम: स कुम्भक:।।४८।।

सर्व गात्रे श्र्वास-नि:श्र्वास रहित करण्यासाठी,जेव्हा संपुर्ण कुंभक करतात तेव्हा त्यास कुंभक प्राणायाम म्हणतात.

मुच्चेव्दायुं तथैकेन क्रमान्निश्र्चस्य चैव हि । योगी निश्र्वासकृद्यस्तु वायुमूर्ध्वं विरचयेत् ।।४९।।

त्यासाठी क्रमाक्रमाने वायु घ्यावा,योगीजनांचा नि:श्र्वास असतो,तेव्हा वायु मुर्धेत (शिरात-ऊर्ध्वजागी) असतो.

रेचकस्तेष संप्रोक्त: प्राणायामो न संशय: । कुम्भकाले भवेदेव सोमग्रहणमुत्तमम् ।।५०।।

रेचक अश्या रितीने मी सांगितला हा सुद्धा प्राणायाम आहे ह्यात संशय नाही. कुंभक प्राणायाम करण्यासाठी चंन्द्रग्रहण उत्तम आहे.

ततो रेचककाले तु सुर्यग्रहणमिष्यते। यव्दै हृदयपद्माख्यमूर्ध्वनालमधोमुखम् ।।५१।।

तसेच रेचक काळी सुर्यग्रहण असल्यास उत्तम (रेचक प्राणायाम सुर्यग्रहण असताना उत्तम) कारण त्यावेळी हृदय पद्माची दिशा (ऊर्ध्व नाडी) अधोमुख असते.

तव्दै विकासमायाति पुरणेन तु पूरितम् । ऊर्ध्ववक्त्रं भवेत् पद्म कुम्भकेन निरोधितम् ।।५२।।

पुर्ण विकास होण्यासाठी वायु अथांग भरावा,ज्याने कमळाचे मुख वर (उर्ध्व) होऊन कुंभकाने निरोध करता येतो.

रेचकेन समक्षिप्तं सद्य: प्राणहरं भवेत् । भूत्वा तु हृन्दतं पद्ममूर्ध्वस्रोतोव्यवस्थितम् ।।५३।।

रेचकाने प्राणवायु पुर्णपणे बाहेर टाकला जातो तेव्हा हृदयातील कमळाचि दिशा ऊर्ध्व (वर) झालेली आहे असे लक्षात येईल.

रेचनेनोर्ध्वमायाति ग्रंन्थि भित्वा क्षणेन तु । भित्वार्गलकपालं तु उर्ध्व दीप इवोत्थित: ।।५४।।

रेचकाने ग्रंथी क्षणात उर्ध्व झालेल्या तु पहाशील,गळयातुन कपाळाकडे ऊर्ध्वदीप असलेला तु पहाशील.

अचिरेण समभ्येति तव्दिण्णो: परमं पदम् । अत: परतरं नैव स्थुलं वा सूक्ष्ममेव वा ।।५५।।

अश्या रितीने आचरण केल्यास परमपद प्राप्त होते,जेथे स्थुल किंवा सूक्ष्म काहीच नाही असे ते परमपद आहे.

तत् पदं परमं प्राहु: सदाविष्णुपदं शुभम् । तपदस्य प्रभुश्चैको नित्यो नारायण: पर: । तस्मात् सर्वप्रयत्नेन योगी नारायणं स्मरेत् ।।५६।।

ते परमपद म्हणजे महाविष्णुंचे पद आहे,जेथे नित्य प्रभु नारायणाचा वास आहे.म्हणून सर्वप्रकारे प्रयत्न करून योगी नित्य नारायणाचे स्मरण करतात.

।।इति सनतकुमार संहितायां नाडीचक्रनिरुपणं समाप्त:।।

।। नाडीशुद्धीनिरुपणम् ।।

ईश्र्वर उवाच -

अथता: संप्रवक्ष्यामि नाडीशुद्धी समासत:। विध्युक्तकर्मसंयुक्त: कामसंकल्पवर्जित:।।१।।

आता मी नाडीशुद्धिबद्दल सांगतो,त्यासाठी नाडी शोधन व विधिनुसार युक्त कर्म व कामसंकल्प वर्जित असे कर्म करणे आवश्यक आहे.

यमादृष्टाग्ङसंयुक्त: शान्त: सत्यपरायण:। गुरुशुश्रूषणरत: पितृमातृपरायण: ।।२।।

मातापिता व गुरु ह्यांची सेवा, नियमबद्ध शांन्त व सत्याची इच्छा असणारे जीवन आवश्यक आहे.

स्वाश्रमे संस्थित: सम्यग्ज्ञानिभिश्र्च सुशिक्षित: । पर्वताग्रे नदीतीरे बिल्वमूले वनेऽथवा।।३।।

अस्तित्वातील ज्ञान (वेदाचे) मिळवून स्वआश्रम,पर्वत,नदी,बेलाच्या(पिंपळ)झाडाखाली किंवा वनात राहावे.

मनोरमे शुचौ देशे वेदघोषसमन्विते । फलमुलै: सुसंपूर्णैर्त्रारिभिश्र्च सुसंयुते ।।४।।

योगाभ्यासाच्या जागेपेक्षा व अभ्यास समयी वेदघोष करण्यापेक्षा, वेदघोष योग्य देशी करावा,योगाभ्यासाच्या ठिकाणी सगळीकडे फळेफुले असली तर संयुक्त(जास्त चांगले) होईल.

सुशोभनं मठं कृत्वा सर्वरक्षासमन्वितम् । त्रिकालस्नानसंयुक्त: श्रद्दधान: समाहित:।।५।।

मठ योग्यरितीने सुशोभित करावा ज्याने रक्षण होईल,श्रद्धेने त्रिकाल संध्या-स्नान करावे.

विरजानलजं भस्म गृहीत्वा वाऽग्निहोवजम् । अग्निरित्यादिभिर्मन्त्रै:र्जाबालै: सप्तभिर्मुने।।६।।

भस्म लेप अंगाला लावावा व अग्निहोम करावा,मन्त्रोचार अग्निहोमाच्या वेळी करावा जो सुरेल असावा (सात सूर वापरावेत)

षड्भिर्वाऽऽथर्वणैर्मन्त्रै: समुद्धूल्य तत: परम् । तिर्यक्त्रिपुण्ड्रमुरसा शिरसा बाहुमुलत:।।७।।

सहाही प्रकारचे (वर्णाचे)(चक्रमन्त्र) मन्त्र हे समुद्रासारखे विशाल व पवित्र आहेत (त्यांचा भाव विशाल व पवित्र आहे),ह्याने संपूर्ण शरीर मन्त्रमय होऊन त्यास ग्लानी येते(शरीर-इंद्रिय व मन ताब्यात येण्यास मदत होते)

धारयेत्परया भक्त्या देवदेवं प्रण्यम्य च । सरस्वती सुसंपूज्य स्कन्दं विघ्नेश्र्वरं गुरुम् ।।८।।

देवाधीदेवांची भक्ति करून त्यांस प्रणाम करावा,सरस्वतीचे सुयोग्य पूजन करावे व अडथळे दूर करण्यास विघ्नेश्वर अशा गुरुचे स्मरण असावे.

चन्द्रमादित्यमनिलं तथैवाग्नी महामुने । आरुह्य चाऽऽसनं पश्र्चात्पाङ्मुखोदङ्मुखोऽपिवा ।।९।।

हे महामुने चन्द्र,सुर्य,आकाश,अग्नि तसेच जे आसनस्थ होऊन पुढे गेले आहे त्यांचेही स्मरण करावे,योगारूढ होण्यासाठी आधी,केलेल्या गोष्टींचा पश्र्चाताप मुखी असावा,तो पिऊन योगारूढ व्हावे.

सामग्रीवशिर:काय: संवृतास्य: सुनिश्र्चल: । नासाग्रे शशभृव्दिम्बं बिंदुमच्च तुरीयकम् ।।१०।।
स्त्रवन्तममृतं पश्येन्नेत्राभ्यां सुसमाहित: । इडया प्राणमाकृष्य पूरयित्वोदरस्थितम् ।।११।।

(आसनात)शरीर ताठ व निश्र्चल ठेवावे,मनाचा संयम असावा,शांत राहून व ब्रह्मचर्य व्रतात असावे,नासाग्रे दृष्टी ठेवावी,नासाग्रावर चंन्द्रबिंब प्रकाशमान होईल व त्याची प्रभा दिसेल तो चवथा (अ,उ,म) यकार आहे असे समजतात,त्या चंद्रबिंबाच्या नादबिंदुमध्ये वकार असून बिंदु अनुस्वाराचा नाद युक्त ध्वनी होतो. अमृत वर्षाव तेथून होतो.त्यावेळी इडा(चंद्रनाडी) नाडीने श्र्वास घ्यावा व पुर्ण उदर भरावे,ज्याने अमृत प्राशनाची तृप्ती होईल.

ततोऽग्निं देहमध्यस्थं ध्यायन् ज्वालावलीमयम् । बिंदुनादसमायुक्तमग्निबीजं विचिंन्तयेत् ।।१२।।

तसेच देहाच्या-मध्यभागी असलेल्या अग्नीच्या ज्वाळांचे ध्यान करावे,अग्निबीजातील नादयुक्त-बिंदुचे चिंतन करावे.

पश्र्चाव्दिरेचयेत्प्राणं मन्दं पिग्ङलया बुध: । पुनः पिग्ङलयाऽऽपूर्य वह्नीबीजमनुस्मरेत् ।।१३।।
पुन:र्विरेचयेद्धीमानिडयैव शनै: शनै: । त्रिचतुर्वत्सरं वाऽथ त्रिचतुर्मासमेव वा ।।१४।। षट्कृत्व आचरेनित्यं रहस्येवं त्रिसंघिषु । नाडीशुद्धिमवान्पोति पृथक्चिह्नोपलक्षिताम् ।।१५।।

अतिशय सावकाश पिग्ङलेत मंदपणे पाचही प्राणांचे रेचक करावे,पुनः पिग्ङलेच्या आधी वन्हिंच्या (वन्हि-लपलेला अग्नि) बींजाचे स्मरण करावे व पुनःपुन्हा (श्र्वास-उच्छ्वास) शने:शने: घेऊन नाड्यांत रेचक करावा.असे ३-४ वेळेस किंवा त्याच्या सम करावे. योगातील सहाही मार्गांचे नित्य आचरण करावे,व रहस्य (3 नाड्याचे व अ,उ,म मात्रांचे,बिंदुनादाव्यतिरिक्त-स्फुरण) जाणून घ्यावे,नाडीशुद्धि करून त्यातील वेगळेपणा कळेल त्याचे विवरण लक्षात घ्यावे व मार्गक्रमण करावे.

शरीरलघुता दीप्तिर्वन्हेर्जठरवर्तिन:। नादाभिव्यक्तिरित्येतच्चिन्हं तस्तिद्धीसूचकम् ।।१६।।

जठरातील वन्हिमुळे शरीरातील लघुता लक्षात येईल,नादा व्यतिरिक्त जी चिंन्हे आहेत ती, सिद्धी सुचकपणे दाखवितात.(तसेच अनाहत नादाचे स्पुरण समजते)

यावदेतानि संपश्येत्तावदेवं समाचरेत् । अथवैतत्परित्यज्य स्वात्मशुद्धि समाश्रयेत् ।।१७।।

ज्या गोष्टी कथन केल्या त्याचा सारासार विचार करून आचरण करावे.इतर गोष्टी टाळून स्व-आत्मशुद्धिंसाठीचे आचरण करावे.प्रथम नाडीशुद्धि पित्त व श्लेष्मा (नाक घशातील सर्दी वेळचा जाड द्रव) ह्यासाठी करतात.विवेक ज्ञानांने स्थुलदेहातील लिंग्ङ शरीर जाणावे,ज्याने मनातील भय नाहिसे होईल अशीच व्यवस्था होईल कि सच्छिदानन्द रूप प्राप्त होईल.

आत्मा शुद्ध: सदा नित्य: सुखरूप: स्वयंप्रभ:। अज्ञानान्मलिनो भाति ज्ञानाच्छुद्धो विभात्ययम् ।।१८।।

आत्मा नित्य शुद्ध असून नित्य सुखरूप व स्व-प्रभावी आहे.अज्ञानाने जी भ्रांती आली आहे, ती शुद्ध ज्ञानाने जाऊन परत प्राप्त होते.(पित्त व श्लेष्मेने जो वायुस अडथळा आला आहे तो निघून जातो,अज्ञानामुळे जी भ्रांती व मळ आहे,त्यासाठी ज्ञान हवे)

अज्ञानमलपक्ङं य: क्षालयेज्ज्ञानतोयत: । स एव सर्वदा शुद्धो नाज्ञ: कर्मरतो हि स:।।१९।।

शास्त्रे शुद्धिबद्दल अज्ञान व बुद्धिभेद जावा म्हणूनच सांगतात,अज्ञानाचा मळ (कर्मासक्तपणा) ज्ञानाने निघून जातो,एकदा शुद्ध झालेले(चित्त व नाडी) नेहमी शुद्ध राहिल असेच कर्म करावे.

न बुद्धिभेदं जनयेदज्ञानं कर्मसङ्गिनाम् । कर्म कर्तव्यमित्येवं बोधयेत्तान् बुध: सदा ।।२०।।

एकदा ज्ञान झाले कि कर्माने परत बुद्धिभेद होत नाही,त्यानंतर कर्म हे कर्तव्य कर्म म्हणून राहते.असा बुद्धिमान माणसांनी बोध घ्यावा.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे नाडीशुद्धिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। आसन विधिनिरुपण ।।

ईश्वर उवाच -

आसनानि पृथग्वक्ष्ये श्रृणु वाचस्पतेऽधुना । स्वस्तिकं गोमुखं पद्मं वीरं सिहासनं तथा ।।१।।

बृहस्पतिप्रमाणे वक्त्याकडून आसनाचे विविध प्रकार ऐकावेत, स्वस्तिकासन,गोमुखासन,विरांसन, सिंहासन,पद्मासन आहेत.

भद्रं मुक्तासनं चैव मयूरासनमेव च । सुखासनसमाख्यं च नवमं मुनिपुग्ङव ।।२।।

भद्रासन,मुक्तासन,मयुरासन हि होत, तसेच हे मुनिश्रेष्ठ सुखासन हे नववे आहे.

जानूर्वोरन्तरे विप्र कृत्वा पादतले उभे । समग्रीवशिरस्कस्य स्वस्तिकं परिचक्षते ।।३।।

डोके सरळ रेषेत व डावा तळवा उजव्यावर व उजवा डाव्यावर ठेऊन बसल्यावर स्वस्तिकासन होते.

सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे निवेशयेत् । दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं तत्प्रचक्षते ।।४।।

डाव्या पायाच्या मांडीवरून डावीकडे - उजव्या पायाचा तळवा व पाठी(वर)मागे उजव्या हाताचा तळवा खांद्यावरून व दुसरा (डावा) कंबरेवरून पाठीवर करून धरणे.ह्यास गोमुखासन म्हणतात.

अङ्गुष्ठावपि गृह्णीयाद्धस्ताभ्यां व्युत्क्रमेण तु । उर्वोरूपरि विपेन्द्र कृत्वा पादतलव्दयम् ।।

पद्मासन भवेदेतत्पापपरोगभयापहम् ।।५।।

डाव्या मांडीवर उजवा तळवा (उलटा-वरच्या दिशेकडे) पोटाजवळ,तसेच उजवा पाय डाव्या मांडीवर,शरीर सरळ रेषेत व समतोल जेणे करून कमीत-कमी ताण राहिल,मान सैल ज्यामुळे खांदे थोडे मागच्या बाजूस झुकतील,जीभ सैल,दृष्टी नासिकाग्रावर अश्या तऱ्हेने पद्मासन घालावे.(पोटाचे विकारासाठी)

दक्षिणोत्तरपादं तु सव्य उरूणि विनस्येत् । ॠजुकाय: सुखासीनो वीरासनमुदाहृतम् ।।६।।

गुढघ्यावर बसावे पण गुडघे ढूंगणाखाली न ठेवता कंबरेच्या बाजूने ठेऊन हात (उपडे)गुढघ्यावर असावेत मान सरळ ह्यास विरांचे आसन म्हणतात.

गुल्फौ च वृषणस्याध: सीवन्या: पार्श्र्वयो: क्षिपेत् । दक्षिणं सव्यगुल्फेन वामं दक्षिणगुल्फत:।।७।।हस्तौ च जान्वो: संस्थाप्य स्वाङ्गुलीश्र्च प्रसार्य च।नासाग्रं च निरीक्षेत भवेत्सिंहासनं हि तत् ।।८।।

गुढघ्यावर बसावे (शिवण गुढघ्यामागे) पण गुडघे ढूंगणाखाली न ठेवता कंबरेच्या बाजूने ठेऊन हात (उपडे)गुढघ्यावर असावेत मान खाली झुकलेली बोटे (ताणलेली) गुढघ्यावर ताठ, जीभ बाहेर,सिंहासारखा-भाव तोंडावर असे सिंहासन करावे.(स्वरातील दोष कमी करण्यासाठी)

गुल्फौ च वृषणस्याध: सीवन्या: पार्श्र्वयो: क्षिपेत् ।।९।।पार्श्र्वपादौ च पाणिभ्यां द्वढं बव्द्वा सुनिश्र्चल: ।भद्रासनं भवेदेतव्दिषरोगविनाशनम् ।।१०।।

भ्रद्रासनात जमिनीवरील बसून दोन्ही तळवे एकमेकांना जोडून शिवणीजवळ घोटे आणावेत व मांडया जमिनीला टेकून असाव्यात हाताने पायाची बोटे धरावीत,किंवा मांड्या जमिनीवर न टेकता हात त्या खालून काढून बोटे धरावीत या आसनाने अनेक रोगांचा नाश होतो.

निपीड्य सिवनीं सूक्ष्मां दक्षिणोत्तरगुल्फत: । वामं याम्येन गुल्फेन मुक्तासनमिदं भवेत् ।।११।। मेढ्रोपरि विनिक्षिप्य सव्यगुल्फं ततोपरि । गुल्फान्तरं च संक्षिप्य मुक्तासनमिदं भवेत् ।।१२।।

उजवा घोटा शिवणिजवळ व डावा उजव्या मांडीवर व हात गुडघ्यावर घालून मुक्तासन करतात.

कुर्पराग्रौ मुनिश्रेष्ठ नि:क्षिपेन्नाभिपार्श्र्वयो: । भूम्यां पणितलव्दंव्दं नि:क्षिप्येकाग्रमानस: ।।१३।।समुन्नतशिर:पादो दण्डवव्द्योन्मि संस्थित: । मयूरासनमेतत्स्यात्सर्वपापप्रणाशनम् ।।१४।।

मयुरासन हातांच्या तळव्यावर करतात,तेव्हा कोपरे पोटालगत ठेऊन तळव्यांवर जोर देऊन शरीर त्यावर ताठ पालथे तोलून धरतात.व दृष्टी नासिकेवर ठेवतात.

येन केन प्रकारेण सुखं धैर्य च जायते । तत्सुखासनमित्युक्तमशक्तत्स्तमाश्रयेत् ।।१५।।

डाव्या मांडीखाली उजवा घोटा व तसेच उजव्या मांडीखाली डावा,हात गुढघ्यावर ठेवतात व सुखासन करतात.

आसनं विजितं येन जितं तेन जगत्त्रयम् । आसनं सकलं प्रोक्तं मुने वेदविदां वर ।।१६।।

आसन सहज करता आले तर जग जिंकता येईल, आसन हे सगळ्या यशाकडे पाउल आहे असे हे,मुने वेदवेदान्त सांगतात.

अनेन विधिना युक्त: प्राणायामं सदा कुरु ।।१७।।

अनेक प्रकारे आसन नीट करून प्राणायाम सुरु करावा.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे आसनविधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। प्राणायामविधिनिरुपण ।।

ईश्र्वर उवाच -

अथात: संप्रवक्ष्यामि प्राणायामं यथाविधि । प्राणायाम इति प्रोक्तो रेचपूरककुम्भकै: ।।१।।

आता मी प्राणायाम यथाविधी सांगतो प्राणायामात रेचक,पूरक,कुंभक होतो असे म्हणतात.

वर्णत्रयात्मका: प्रोक्ता रेचपूरककुम्भका: । स एव प्रणव: प्रोक्त: प्राणायामश्र्च तन्मय: ।।२।।

रेचक,पूरक,कुंभक ह्यास त्रिवर्णात्मक असे सुद्धा म्हणतात,त्यास प्रणव असे सुद्धा म्हणतात.

इडया वायुमाकृष्य पूरयित्वोदरस्थितम् । शनै: षोडशभिर्मात्रैरकारं तत्र संस्मरेत् ।।३।।

इडेच्या वायुप्रवेशाने पुरयत्व (पूरक) व शने: शने: सहा-मात्रांनी रकाराचे स्मरण होते.

पूरितं धारयेत्पश्र्चाच्चतु:षट्या तु मात्रया । अकारमूर्तिमत्रापि संस्मरन्प्रणवं जपेत् ।।४।।

इडेत अ-काराची वर्णात्मकता दिसते जी सहामात्रांची आहे असे दिसते,प्रत्येक श्र्वासागणिक मात्रा निर्मिती आहे असे दिसते,म्हणून अकार स्मरून प्रणव करावा जो ब्रह्मा(त्मक) आहे.

यावव्दा शक्यते तावद्धारयेज्जपसंयुत: । पूरितं रेचयेत्पश्र्चान्मकारेणानिलं बुध: ।।५।।

ज्याप्रकारची स्थिती असेल त्यानुसार जप करावा,रेचका नंतर मकार निळा बुद्धि द्दयोतक आहे

शनै: पिग्ङलया विप्र व्दार्त्रिशन्मात्रया पुनः । प्राणायामो भवेदेष ततश्र्चैवं समभ्यसेत् ।।६।।

पिंगला नाडीचा विचार करून पुनः तीनमात्रांचा प्रणव करावा,निट अभ्यासाने प्राणायाम जमेल.

पुनः पिग्ङलयाऽऽपूर्य मात्रे: षोडशभिस्तथा । मकारमूर्तिमत्रापि स्मरेदेकाग्रमानस: ।।७।।

पिग्ङलेच्या मात्रां सहा असाव्यात मकार मूर्तिचे (रुद्र) नासिकाग्रावर स्मरण करावे.

धारयेत्पुरितं विव्दान्प्रणवं विंशतिव्दयम् । जपेदत्र स्मरेन्मूर्तिमुकाराख्यां तु वैष्णवीम् ।।८।।

विव्दान प्रणव धारणेकडे वळतात,उकार मूर्ति विष्णूंचा जप व स्मरण करतात.

अकारं तु स्मरेत्पश्र्चाद्रेचयेदिडयाऽनिलम् । एवमेव पुनः कुर्यादिड्याऽऽपूर्य बुद्धिमान् ।।९।।

काहीजण पुनः अकाराचे स्मरण करतात,इडेंजवळ निलवर्ण पाहतात, असे करण्यात बुद्धिमानता आहे असे समजले जाते.

एवं समभ्यसेन्नित्यं प्राणायामं यतीश्र्वर: । अथवा प्राणमारोप्य पूरयित्वोदरास्थितम् ।।१०।।

अश्या तऱ्हेने साधक प्राणायाम नित्य करतात अथवा उदरांत पुरकाने प्राण रोपण करतात.

प्रणवेन समायुक्तां व्याहृतीभिश्र्च संयुताम् । गायत्री संजपेच्छुद्ध: प्राणसंयमने त्रयम ।।११।।

प्राणायामात प्रणव संयुक्त असावा असे काहींचे म्हणणे आहे, तर काहीजण गायत्रीजप शुद्धिसाठी करतात ज्याने प्रणवरुपी प्राणाचे संयमन होते.

पुनश्र्चैवं त्रिभि: कुर्याद्गृहस्थश्र्च त्रिसंधिषु । ब्रह्मचर्याश्रमस्थानां वनस्थानां महामुने ।।१२।।

गृहस्थाश्रम ब्रह्मचर्याश्रम व वनात हे महामुने प्राणायाम करतात.

प्राणायामो विकल्पेन प्रोक्तो वेदान्तवित्तमै:। व्दिजवत्क्षत्रियस्योक्त: प्राणायामे महामुने ।।१३।।विरक्तानां प्रभुद्धानां वैश्यानां च तथैव च । शूद्राणां च तथा स्त्रीणां प्राणसंयमनं मुने ।।१४।।

सर्व वर्णातील लोक,विरक्त किवा स्त्रियांसुद्धा प्राणसंयमन करतात.

नमोन्तं शिवमन्त्रं वा वैष्णवं वा न चान्यथा । नित्यमेवं प्रकुर्वीत प्रणायामांस्तु षोडश ।।१५।।

नाम शिवांचे वा विष्णुंचे किंवा इतर,षोडश प्राणायाम करतातच.

ब्रह्महत्यादिभि: पापैर्मुच्यते मासन्मात्रता: । षण्मासाभ्यासतो विप्रा वेदेनच्छामवाप्नुयात् ।।१६।।

महिन्यात ब्रह्महत्येसारखी पातके नाहिशी होतात,सहा महिन्यात संन्यासी वेदवेदान्त धारणेस योग्य होतो.

वत्सराव्द्गृह्य विव्दान्सात्तस्मान्नित्यं समभ्यसेत् । योगाभ्यासरतो नित्यं स्वधर्मनिरतश्र्च य:।।१७।।

वर्षात विव्दांनासारखा अभ्यासक होतो. तसेस योगाभ्यासी नित्य स्वधर्म आचरणारा होतो.

प्राणसंयमनेनैव ज्ञानान्मुक्तो भविष्यति । ब्राह्मादापुरणं वायोरुदरे पुरको हि स: ।।१८।।

प्राणसंयमनाने ज्ञानमुक्ति मिळते,वायूचे उदरात पुरक केल्याने ब्रह्म-तदाकारता(अनुकुलता) येते.

संपुर्णकुम्भवव्दायोर्धारणं कुंम्भको भवेत् । बहीर्विरेचनं वायोरुदराद्रेचक: स्मृत: ।।१९।।

पुर्ण वायु आत (उदरात) ठेवल्यास कुंभक,व उदराबाहेर ठेवल्यास रेचक होतो

प्रस्वेदजनको यस्तु प्रणायामेषु सोऽधम: । कंम्पनं मध्यमं विद्यादुत्थानं चोत्तमं विदु: ।।२०।।पूर्वं पूर्वं प्रकुर्वीत यावदुत्तमसंभव । संभवत्युत्तमे प्राज्ञ: प्राणायामे सुखी भवेत् ।।२१।।

प्राणायामाने हलका घाम व मध्यम कंपने हि उत्तम मानली जातात,पूर्वीच्या लोकांनी ह्याच मार्गाचा आधार घेतला,बुद्धिमान अश्या प्राणायामाने सुखी झाले आहेत,

प्रणायामेन चित्तं तु शुद्धं भवति सुव्रत । चित्ते शुद्धे मन: साक्षात्पत्यग्ज्योतिष्ववस्थितम् ।।२२।।प्राणश्चित्तेन संयुक्त: परमात्मनि तिष्ठति । प्राणायामपरस्यास्य पुरुषस्य महात्मन: ।।२३।।

प्राणायामाने चित्त लवकर शुद्ध होते शुद्ध चित्त व मन-ज्योतीसारखे आहे,प्राणाने चित्तात परमात्म्याचे अस्तित्व निर्माण होते,महान पुरुषांचे चित्त प्राणायामाने असे होते.अश्यारितीने धारणेला योग्य प्रकाशआवरण तयार होते.

देहश्चोत्तिष्ठते तेन किचिज्ज्ञानाव्दिमुक्तता। रेचकं पूरकं मुक्त्वा कुम्भकं नित्यमभ्यसेत् ।।२४।।

त्यानंतर किंचित ज्ञानाने प्राणायाम केल्यास सत्वशुद्ध स्थिती येते, ज्याने ज्ञान वाढते म्हणून जे सत्यरूप निष्कल ध्यानाने कळते त्यासाठी रेचक कुंभक पूरक युक्त प्राणायाम नेहमी अभ्यासावा.

सर्वपापविनिर्मुक्त: सम्यग्ज्ञानमवाप्युयात् । मनोजयत्वमान्पोति पलितादि च नश्यति ।।२५।।

असे केल्याने सर्वपापांपासून मुक्ति व सम्यग ज्ञान मिळत नाही,मनोजय होतो व वार्धक्य होते.

प्राणायामैकनिष्ठस्य न किंचिदपि दुर्लभम । तस्मात्सर्वप्रयत्नेन प्राणायामं समभ्यसेत् ।।२६।।

प्राणायामावर निष्ठा न ठेवणारा दुर्लभ असून सर्व प्रयत्नांनी प्राणायामाचा अभ्यास करावा.

विनियोगान्प्रवक्ष्यामि प्राणायामस्य सुव्रत । संध्ययोर्ब्राह्मकाले वा मध्यान्हे वाऽथवा सदा ।।२७।।

प्राणायामाचा उपयोग मी व्यवस्थित सांगितला,संध्या,ब्रह्मकाळी,मध्यानी किंवा नेहमी.

बाह्यप्राणं सामाकृष्य पूरयित्वोदरेऽनघ । नासाग्रे नाभिमध्ये च पादाङ्गुष्ठे च धारयेत ।।२८।।

बाह्यप्राण आत घेऊन पूरक करावा,नासाग्रे,नाभीत,पाय व अंगठा येथे धारणा करावी.

सर्वरोगविनिर्मुक्तो जीवेव्दर्षशतं नर:। नासाग्रधारणाव्दायुर्जितो भवति सुव्रत ।।२९।।

सर्वरोग मुक्ति होऊन जीव शंभर वर्षे जगतो,त्यासाठी नासाग्रे योग्य धारणा करावी.

सर्वरोगविनाश: स्यान्नाभिमध्ये च धारणात् । शरीरलघुता विप्र पादाङ्गुष्ठनिरोधनात् ।।३०।।

सर्व रोगनाशासाठी नाभीत धारणा तर शरीर योगाभ्यासाठी योग्य होण्यास (बारीक-कृश) पायाच्या अंगठ्यावर निरोध करावा.

जिव्हया वायुमाकृष्य य: पिबेत्सततं नर:। श्रमदाहविनीर्मुक्तो भवेन्नीरोगतामियात् ।।३१।।

जिव्हेने वायु नेहमीच आत घेतला जातो,श्रमामुळे येणारा थकवा नाहीसा होतो व रोगापासून कायमची सुटका होते.

जिव्हया वायुमाकृष्य जिव्हामूले निरोधयेत् । य: पिबेदमृतमवयग्रं सकलं सुखमाप्युयात् ।।३२।।

जिव्हेने जो वायु घेतला जातो त्याचा जिव्हा मुळात निरोध करावा,अशा रितीने(शितवायु) अमृत सेवनाने सर्वसुखे प्राप्त होतात.

इडया वायुमाकृष्य भ्रुवोर्मध्ये निरोधयेत् । य: पिबेदमृतं शुद्धं व्याधिभिर्मुच्यते हि सं: ।।३३।।

इडेकडे जाणाऱ्या वायुचा भृकुटीत निरोध करावा,अशा रितीने अमृत पिऊन शुद्ध व्हावे व व्याधिमुक्ति मिळवावी.

इडया वेदतत्वज्ञ तथा पिंग्ङलयाऽपि च । नाभौ निरोधयेत्तेन व्याधिभिर्मुच्यते नर: ।।३४।।

इडा व पिंग्ङला ह्यांचा वेदात उल्लेख आहे,त्याचा नाभीत निरोध करून व्याधिमुक्त होता येते.

मासमात्रं त्रिसंध्यायां जिव्हयाऽऽरोप्य मारुतम् । अमृतं च पिबेन्नाभौ मन्दं मन्दं निरोधयेत् ।।३५।।

एक महिन्यात तीन नाड्यांच्या संगमावर जिव्हेच्या मुळाशी वायु येतो (गळ्यात आकुंचन करावे) त्यानंतर चित्ताची धारणा करण्यासाठी अतिशय मंद गतीने वायु घ्यावा-शितवायुरूप-अमृत प्यावे.

वातपित्तादिजा दोषा नश्यन्तेव न संशय: । नासाभ्यां वायुमाकृष्य नेत्र व्दंव्दे निरोधयेत् ।।३६।।

वातपित्त दोष ह्यांचा नि:संशय नाश होतो, नासिकेत येणाऱ्या वायुचा दोन्ही डोळ्यात निरोध करावा.

नेत्ररोगा विनश्यन्ति तथा श्रोत्रनिरोधानात । तथा वायुं समारोप्य धारयेच्छिरसि स्थिरम् ।।३७।।

नेत्ररोग हे श्रोत्र निरोधाने जातात.तथा वायु शिरात स्थिरपणे धारण करावा.

शिरोरोगा विनश्यन्ति सत्यमुक्तं बृहस्पते । स्वस्तिकासनमास्थाय समाहितमनास्तथा ।।३८।।

शिराचे रोग (व चुकिच्या कल्पना ज्याने जीव बांधला गेला आहे) नाहिसे होऊन जीव मुक्त होऊन शिवरूप होतो. अश्यासाठी योगाच्या संमुखीकरणासाठी स्वस्तिकासन योग्य आहे.

अपानमूर्ध्वमाकृष्य प्रणवेन शने: शने: । हस्ताभ्यां बंन्धयेत्सम्यक्कर्णादिकरणानि वै ।।३९।।

अपान वायूची दिशा शने: शने: प्रणवाने ऊर्ध्व होते, प्राणायामासाठी हात व कर्ण ह्याचा उपयोग दोन्ही वेळा सारखाच करावा.

अङ्गुष्ठाभ्यामुभे श्रोत्रे तर्जनीभ्यां तु चक्षुषी । नासापुटावथान्याभ्यां प्रच्छाद्द्य करणानि वै ।।४०।।
आनंन्दाविर्भवं यावत्तावन्मूर्धनि धारयेत । प्राण: प्रयात्यनेनैव ब्रह्मरध्रं महामुने ।।४१।।

अंगठे कानावर,करांगुली डोळ्यावर,मधले बोट नासिकेवर,अतिशय आनंदीभाव करून ब्रह्मरंध्राकडे (मुर्धेत) ध्यान केल्यास प्राण सूषुन्मेत शिरून पुढे ब्रह्मरंध्राकडे जातात.

ब्रह्मरंध्रे गते वायो नादश्चोत्पद्यतेऽनघ । शखङ्ध्वनिनिभश्चाऽऽदौ मध्ये मेघध्वनिर्यथा ।।४२।।

वायु ब्रह्मरंध्रात गेल्यानंतर नादाची उत्पत्ती होते,असे हंसोपनिषदात सांगितले आहे.प्रथम चिण,दुसरे-चिणचिणी,तिसरे-घंटा,चवथा-शंखनाद,पाचवा-त्रिनाद,सहावा-तालनाद,सप्तम-वेणुनाद,अष्ट-वेणुनाद,नववा-मृदुंग,दहावा-मेघनाद,

शिरोमध्यगते वायौ गिरिप्रस्त्रवणं यथा । पश्चाच्चित्तं महाप्राज्ञ साक्षादात्मोन्मुखं भवेत् ।।४३।।

शिरातील वायु हा जणु पर्वत शिखरावरून वाहत असल्यासारखा आहे.अतिशय तीक्ष्णबुद्धि चित्तास व्यापून साक्षात्कारा जवळ साधक पोहोचतो.

पुनस्तज्ज्ञाननिष्पत्तिस्तया संसारनिह्नुति:। दक्षिणोत्तरगुल्फेन सीवनीं पीडयेच्छराम् ।।४४।।

संसारात असताना पुनः ज्ञान उत्पन्न करण्यासाठी(प्राण ऊर्ध्व) उजव्या घोट्याने डाव्या मांडीच्या जवळील शिवणी-जवळ दाब दयावा.

सव्येतरेण गुल्फेन पीडयेद्बुद्धिमान्नर: । जान्वोरध: स्थितं संधि स्मृत्वा देवं च त्र्यंम्बकम् ।।४५।।

दाब इतका असावा कि उलट-मांडीला जाणवेल,अशा स्थितीत घोटयांच्या संधिजवळ(शिवण) त्रिंबकेश्वर (शिवविनायक) देवाचे स्मरण करावे.

विनायकं च संम्सृत्य तथा वागीश्वरीं पुनः। लिंग्ङनालात्समाकृष्य वायुमव्यग्रतो मुने ।।४६।।

हे वागेश्वरी पुनः विनायकाचे स्मरण करून लिंगाजवळील नाडी आत खेचून वायूचा निरोध असा करावा कि वायु नाडीत (सुषुन्मा) प्रवेश करेल. र-असा प्रणव उच्चार असणाऱ्या वायुचा मूलाधारात नाडी प्रवेशासाठी निरोध करावा.

प्रणवेनाग्नियुक्तेन बिंदुयुक्तेन बुद्धिमान । मुलाधारस्य विपेन्द्र मध्यमे तु निरोधयेत् ।।४७।।

प्रणव हा अग्नियुक्त असून बिंदुयुक्त आहे,(मुर्धात-आकाशात बिन्दुस्थान आहे) जे बुद्धिस्थान आहे,मूलाधारात बंध करून वायु निरोध करावा.

निरुद्धवायुना दीप्तो वह्निर्दहति कुण्डलीम् । पुनः सूषुन्माया वायुर्वव्दिना सह गच्छति ।।४८।।

निरुद्ध वायुमुळे कुंडलीतील अग्नि प्रज्वलित होतो,पुनः वायुसह सुषुन्मेत तो शिरतो.

एवमभ्यसतस्तस्य जितो वायुर्भवेदध्रुवम् । प्रस्वेद: प्रथम: प्रश्र्चात्कम्पनं मुनिसत्तम ।।४९।।

अश्या तऱ्हेने सतत अभ्यासाने वायुवर ताबा मिळतो.प्रथम सूक्ष्म घाम व त्यानंतर हलकी कंपने निर्माण होतात.

उत्थानं च शरीरस्य चिह्नमेतज्जितेऽनिले । एवमभ्यसतस्तस्य मुलरोगो विनश्यति ।।५०।।

अशा रितीने शरीराच्या वायु-ऊर्ध्व क्रमणाने हृदय व आकाश (निल) जिंकावे,अशा रीतीच्या सहज अभ्यासाने मुलरोग नाहीसा होतो.

भगंदरं च नष्ट स्यात्तथाऽन्ये व्याधयो मुने ।पातकानी विनश्यन्ति क्षुद्राणि च महान्ति च।।५१।।

तसेच भगंदर सुद्धा नाहीसा होतो तसेच त्या स्थानावरील व्याधि नष्ट होतात,पातके नाहिशी होऊन क्षुद्र महान होतात.

आगम शास्त्रांप्रमाणे – ध्यानाने प्राणायाम संयम करावा,इडा नाडीच्या येथे शिवणीवर सूक्ष्मपणे डाव्या घोट्याने दाब दयावा,त्यानंतर उजवा घोटा स्थिर करावा.जांघेजवळ एकूणपणे बद्धता असते.मुलाधाराच्या चार पाकळ्यांवर रक्तवर्ण दिसतो,मनाने प्रणव ध्यान करताना उजव्या घोट्याजवळ दृष्टी करावी (निरीक्षण करावे),मनाचा लय करताना वायूचा सुद्धा निरोध करावा,अग्निस्थानाजवळ (शिवणीवर दाबामुळे अग्नि) अपानवायु जातो,आग्नेय दिशेला तो रक्तवर्ण(कुंडलिनी) त्रिकोणाकडे जातो (शिरस्थानी त्रिकोण-बिंदु,अर्धमात्रा,योनी),वैश्र्वानर अग्नि अन्नादि गोष्टींचे पचन करतो,अपानातील अग्निने प्राण स्थिर राहतात (दुसरा अर्धा भाग),प्रणव धारणा हि अग्निरूप होते.ज्यात प्राणशक्ती ऊर्ध्व होऊन गमन

करते.कंदमुलापासून नाभि तसेच स्वाधिस्थानापर्यंत सहाही चक्रात प्राण अग्निसह स्थिर राहतात.मनाने प्रणव स्मरण,नाभिवर दृष्टी व हळुहळु मनाचा लय करता-करता वायूचा निरोध,ज्याने कुंडली जागृत होऊन स्वमार्गाने मूलाधार-कडून नाभिकडे जाते.जो मार्ग सुषुन्मेचा असतो,अश्या नवीन(सूषुन्मा) मार्गाकडून वायु संचलित होतो.शने:(हळूहळू श्वास-उच्छवास) सूषुन्मा-नाडीत मुर्धेत प्रणवाचे स्मरण करावे व मुर्धेत अग्नि व वायु धारण करावा.असा अग्नि व वायु सर्व देहात व्यापतो.अश्या तऱ्हेने मुर्धेत (सुर्य-चंद्र) तेज उगवल्यासारखे वाटते.

नष्टे पापे विशुद्धं स्याच्चित्तदर्पणमुत्तमम् । पुनर्ब्रह्मादिलोकेभ्यो वैराग्यं जायते हृदि ।।५२।।

संपूर्ण पापांचा नाश होतो चित्त आरश्यासारखे अतिशय शुद्ध होते,ज्याने समाधान लाभते,ज्ञानाचे फळ सुद्धा मिळते,हृदयात ब्रह्मादि लोकात असलेले वैराग्य प्राप्त होते.

विरक्तस्य तु संसाराज्ज्ञानं कैवल्यसाधनम् । तेन पाशापहानि: स्याज्ज्ञात्वा देवमिति श्रुति:।।५३।। अहो ज्ञानामृतं मुक्त्वा मायया परिमोहिता:।परिभ्रमंन्ति संसारे सदाऽसारे नाराधमा: ।।५४।।

संसारापासून विरक्त होऊन संसाराचे ज्ञान कैवल्य साधनेसाठी उपयोगात येते.सर्व पाश संपून देव जाणता येतो,ज्ञानामृताने मोहमायेपासून मुक्ति व संसारातील भ्रमण व क्लेश संपतात.

ज्ञानामृतरसो येन सकृदास्वादितो भवेत् । स सर्वकार्यमुत्सृज्य तत्रैव परिधावति ।।५५।।ज्ञानामृतरस: प्रायस्तेन नाऽस्वदितो भवेत् । यो वाऽन्यत्रापि रमते तव्दिहायैव दुर्मति: ।।५६।।

ज्ञानामृत रसाचा स्वाद मिळतो,जे कार्य करावे ते सहज होते,ज्ञानामृताने कोठलाही स्वाद(विषय) मिळत नाही,तसेच दुर्मतीत वा अन्यत्र मन रमत नाही.

ज्ञानस्वरूपमेवाऽऽहुर्जगदेतव्दिचक्षणा:। अर्थस्वरूपज्ञानात्पश्यन्त्ये कुद्दष्टय: ।।५७।। यज्ञैर्देवत्वमाप्नोति तपोभिर्ब्रह्मण: पदम् । दानैर्भोगानवाप्नोति ज्ञानाद्ब्रह्याधिगच्छति ।।५८।।

ज्ञानास्वरूपाने जगाची वेगळ्या प्रकारे ओळख होते. (सर्व जग शिवमय आहे असे समजते) अर्थरूप (विषय) ज्ञानात वाईट दृष्टी येते. यज्ञाने देवाची ओळख होऊन,तपाने ब्रह्मपद प्राप्त होते. दानाने भोगाकडे मन जाऊ शकते,ज्ञानाने ब्रह्माकडे वाटचाल होते.

कर्मणा केचिदिच्छन्ति कैवल्यं मुनिसत्तम । ते मूढा मुनिशार्दूल प्लवा ह्येत इति श्रुतिः।।५९।।

मुनि शार्दुल म्हणतात,कि हे मुनिश्रेष्ठ,कर्माने कैवल्य मिळत नाही,अनेक वेळा जीवाची घसरण होते,

आत्मैवेदं जगत्सर्वमिति जानन्ति पण्डिता:।अज्ञानेनाऽऽवृता मर्त्या न विजानन्ति शक्ङरम:।।६०।।

जीव अष्टचक्रात फिरत राहतो,म्हणून आत्मवेद (ज्ञान) हे जगात सर्वमान्य आहे असे पंण्डित जाणतात, अज्ञानी मृत्यू चक्रात सापडतो व शिवांची (ब्रह्मज्ञान) भेट होत नाही.

अज्ञानपाशबद्धत्वादमुक्तः पुरुष: स्मृत:। ज्ञानात्तस्य निवृत्ति: स्यात्पकाशात्तमसो यथा:।।६१।।

अज्ञान हे पाश व बंधनात्मक आहे,निवृत्तिने ज्ञान व स्व-प्रकाशाकडे प्राणी जातो.

आत्मस्वरूपविज्ञानदज्ञानस्य परिक्षया । क्षीणेऽज्ञाने महाप्राज्ञ रागादीनां परिक्षय:।।६२।।

आत्मस्वरूप हे विज्ञान असून जणु ज्ञानाचा क्षय आहे (कसोटी),ज्ञान क्षिण झाले असेल तर महापण्डित(ज्ञानी) रागाला बळी पडतात.

रागाद्द्यसंभवे प्राज्ञ पुण्यपापोपमर्दनम् । तयोर्नाशे शरीरेण न पुनः संप्रयुज्यते ।।६३।।

रागाने बुद्धिनाश होऊन पापपुण्यादि कर्म घडते,ज्याने शरीराला पिडा होते,प्रसंगी न भरून येणारी हानी होते.

अशरीरो महानात्मा सुखदु:खैर्न बाध्यते । क्लेशमुक्तः प्रसन्नात्मा मुक्त इत्युच्यते बुधै:।।६४।।

जे मुक्त विदेही आहेत,त्यास सुखदु:खाची बाधा होत नाही.असा तो क्लेशमुक्त व प्रसंन्नात्मा बुद्धिमान आहे.

तस्मादज्ञानमूलानि सर्वदु:खानि देहिनाम् । ज्ञानेनैव निवृत्ति: स्यादज्ञानस्य न कर्मभि:।।६५।।

तसेच ज्ञान हेच सर्व देहातील दुःखाचा इलाज आहे,निवृत्तिने ज्ञान मिळते ज्याने बंधन संपून जीव कर्मरहित होतो.

नास्ति ज्ञानात्परं किंचित्पवित्रं पापनाशनम्। तदभ्यासाद्दते नास्ति संसारच्छेदकारणम् ।।६६।।

ज्ञानासारखे पापनाशक पवित्र किंचितही(दुसरे) काही नाही,त्यासाठी केलेल्या अभ्यासाने संसार क्लेश नाहिसे होतात.

सर्वमुक्तं समासेन तव स्नेहान्महामुने। गोपनीयस्त्वयैवैष वेदांतर्थो महामुने ।।६७।।

सर्वमुक्त(पाशरहित) होऊन स्नेह उत्पन्न होतो.असा हा वेदातील गोपनीय अर्थ आहे.जो अज्ञानांना कळत नाही,मुक्त झालेल्यास बुद्धिभेद नसतो.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे प्राणायामविधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। प्रत्याहारविधिनिरुपण ।।

ईश्र्वर उवाच---

अथात: संप्रवक्ष्यामि प्रत्याहारं महामुने । इन्द्रियाणां विचरतां विषयेषु स्वभावत:।।१।।

आता मी प्रत्याहार सांगतो,इंद्रियांची धाव नेहमी विषयांकडे असते,त्यांस आपल्याला हव्या असलेल्या,चित्तस्वरुपाकार करण्याकडे-वळवावे,हाच प्रत्याहार आहे.

बलादाहरणं तेषां प्रत्याहार: स उच्यते । यद्द्यत्पश्यति तत्सर्वं ब्रह्म पश्येत्समाहित:।।२।।

बलाने हरण करणे म्हणजे प्रत्याहार,इंद्रिय नियम असून ज्ञान मिळविण्यासाठी केलेला प्रयत्न हा प्रत्याहार,परब्रह्मरुपी अमृत मिळविण्यासाठी,उत्तर-दक्षिण,वर-खाली विश्र्वरूप असे ब्रह्म आहे त्याच्या प्राप्तीसाठी प्रयत्न हा प्रत्याहार.

प्रत्याहारो भवेत्येष ब्रह्मविद्धिः पुरोदितः। यद्द्यच्छुद्धमशुद्धं वा करोत्यामरणान्तिकम्।।३।।

प्रत्याहार हा अतिशय जुना ब्रह्मविधि आहे,त्यात सर्व प्रकारचा व्यापार बंद करावयाचा असतो,समर्पण हे ह्यातील तत्व आहे,शुद्धाशुद्ध काम्य फळे मोक्षास बंधन करतात हि मरणांतिक प्रयत्न(जीवतोडून-प्रयत्न) करून नाहिशी करणे,चित्त शुद्धात शुद्ध होणे हेच ह्यातील मर्म आहे.

तत्सर्वं ब्रह्मणे कुर्यात्पत्याहारोऽयमुच्यते। अथवा नित्यकर्माणि ब्रह्माराधनबुद्धितः।।४।।

नित्य अशी काम्य फळे टाकून देऊन ईश्वर(ब्रह्म)अनुष्ठान करणे ह्यास प्रत्याहार म्हणतात.

काम्यानि च तथा कुर्यात्पत्याहारः स उच्यते। अथवा वायुमाकृष्य स्थानात्स्थाने निरोधयेत ।।५।।

काम्य फळे टाकणे व दंत मुळापासून अंगठ्यापर्यंत वायु जेथे पोहोचतो तेथे निरोध करून स्थिर करणे हा हि प्रत्याहार आहे.

दंन्तमूलात्तथा कण्ठे कण्ठादुरसि मारुतम् । उरोदेशात्समाकृष्य नाभिकन्दे निरोधयेत ।।६।।

ध्यानस्थानातील निरोध दंतमुळात,दंतमुळातील कंठात,कंठात वायुरूप आहे.(पिंगळेतील-मारुत),छातीतील वायुचा नाभित निरोध करावा.

नाभिकन्दात्समाकृष्य कुडल्यां तु निरोधयेत् । कुण्डलीदेशतो विव्दान्मूलाधारे निरोधयेत् ।।७।।

नाभि-कंदातील वायु कुंडलीत निरोधावा,कुंडली जवळील वायु मूलाधारात निरोधावा.

तथाऽपाने कटिव्दंव्दे तथोरुव्दयमध्यमे । तथा जानुव्दये जघ्डे पादाङ्गुष्ठे निरोधयेत् ।।८।।

कंबरेतील उरूमध्यात,मांड्यातील जांघेत,जांघेतील पायाच्या अंगठ्यात निरोधावा.

प्रत्याहारोऽयमित्युक्त: प्रत्याहारपरै: पुरा:। एवमभ्यासयुक्तस्य पुरुषस्य महात्मन: ।।९।।

पायाकडून निरोधास सुरवात करावी व शेवट भृकुटी पर्यंत प्रत्याहार करून अभ्यास करावा असा प्राणाचा निरोध हा सुद्धा प्रत्याहार आहे.

सर्वपापांनी नश्यन्ति भवरोगाश्र्च सुव्रत । अथवा तव वक्ष्यामि प्रत्याहारान्तरं मुने ।।१०।। नाडीभ्यां वायुमाकृष्य निश्र्चल: स्वस्तिकासन:। पुरयेदनिलं विव्दानापादतलमस्तकम् ।।११।। पश्र्चात्पादव्दये तव्दन्मूलाधारे तथैव च । नाभिकन्दे च हृन्मध्ये कंठमुले च तालुके ।।१२।। भ्रुवोमध्ये ललाटे च तथा मूर्धनि धारयेत् । अकारं च तथोकारं मकारं च तथैव च ।।१३।। नकारं च मकारं च शिकारं च वकारकम् । यकारं च तथोक्ङारं जपेब्दुद्धिमतां वर ।।१४।।

हे महामुने,प्रत्याहारात सर्व पापांचा नाश होतो तसेच भवरोग नाश पावतात.स्वस्तिकासनात राहून नाड्यातील वायु स्थिर करावा. विव्दान सांगतात कि पादताळापासून मस्तकापर्यंत वायु स्थिर करावा.प्रथम पादतळ नंतर मूलाधार नाभि हृदय कंठ टाळू भृकुटीमध्ये ललाट मुर्धा अकार उकार मकार नकार मकार शिकार वकार यकार डकार असा क्रम बुद्धिमान सांगतात.चित्त(धुतले जाऊन) धारणा ह्याने उत्तम होते,क्रमाक्रमाने स्थुलदेहाकडून सूक्ष्म देहाकडे उत्क्रांती होते,जणु परकाया प्रवेशच,म्हणून पादाकडून मस्तकाकडे क्रमाने पूर्व-पूर्वे-कडून उत्तरेकडे प्रवास करतात.

प्रत्याहारोऽयमित्युक्त: पंण्डितै: पण्डितोत्तम । अथवा मुनिशार्दूल प्रत्याहारं वदामि ते ।।१५।।

मुनी शार्दुल ह्यांनी सांगितल्यानुसार उत्तम पण्डित प्रत्याहार युक्त असतो.

देहाद्द्यात्ममतिं विव्दान्समाकृष्य समाहित:। आत्मनाऽऽत्मनि निर्व्दंव्दे निर्विकल्पे निरोधयेत् ।।१६।।

देहात विव्दान आत्मबुद्धिकडे जाण्यासाठी अभ्यास करतात,तसेच आत्मबुद्धिकडून निर्विकल्पाकडे धारणा करतात.

प्रत्याहार: समाख्यात: साक्षाव्देदान्तवेदिभि:। एवमभ्यसतस्तस्य न किंचिदपि दुर्लभम् ।।१७।।

वेदवेदांन्तानीहि प्रत्याहार (वर्णन) सांगितला आहे,तसा अभ्यास करणारा अतिशय दुर्लभ आहे.

तस्य पुण्यं च पापं च नहि सत्यं बृहस्पते । अयं ब्रह्मविदां श्रेष्ठ: साक्षाद्देवेश्र्वर: पुमान् ।।१८।।

त्यानंतर पुण्यपाप ह्या पासून मनुष्य दूर जाऊन ब्रह्मरूप होऊन श्रेष्ठ नारायणच होतो.

प्रत्याहार: समाख्यात: संक्षेपेण महामुने । गोपनीयत्स्वया नित्यं गुह्यान्द्रुह्यतरो ह्ययम् ।।१९।।

असा संक्षिप्त रुपात प्रत्याहार सांगितला,असे जे(पवन-निरोध)गुप्त आहे,ते नित्य हृदयात ठेवावे. अशारितीने बाह्यविषय जाऊन चित्त धारणेसाठी तयार होते,ज्यात शरीरातील, अंर्तविषय, बाह्यविषय,वर्णबीजे,भूतबीजे,अनेक प्रकारच्या बुद्धीतील धारणा यास वेसण बसते.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे प्रत्याहारविधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। धारणाविधिनिरुपण।।

ईश्वर उवाच ---

अथात: संप्रवक्षामि धारणा पच्च सुव्रत । देहमध्यगते व्योम्नि बाह्याकाश तु धारयेत् ।।१।। प्राणे बाह्यानिलं तव्दज्जलने चाग्निमौदरे । तोयं तोयांशके भूमिं भूमिभागे महामुने ।।२।। हयरवलकाराख्यं मन्त्रमुच्चारयेत्क्रमात् । धारणैषा मया प्रोक्ता सर्वपापविशोधिनी ।।३।।

आतां मी योग्यप्रकारची धारणा सांगतो,देहातील आकाश हे बाह्यआकाश आहे अशी धारणा असावी,प्राण हा शरीर अंर्तगत असून त्यात अग्निरूप पाहावे,तसेच पृथ्वीरूप,अश्र्वाप्रमाणे वेगवान वायुसाठी क्रमाने मन्त्रउच्चार करावा.अशी धारणा सर्वपापांचा विनाश करणारी आहे. पृथ्वीतुन (देहात) पाच योगगुण प्रवृत्त होतात ज्याने जरा,रोग,मृत्यू नाहिसे होतात.

जान्वन्त: पृथिवीभागे ह्यपां पाय्वन्त उच्यते। हृदयान्तस्तथाऽग्न्यंशो भ्रुमध्यान्तोऽनिलांशक:।।४।।
आकाशान्तस्तथा प्राज्ञ मूर्धान्त: परिकीर्तित:। ब्रह्माणं पृथिवीभागे विष्णुं तोयांशके तथा ।।५।।

धारणेसाठी शरीरातील विशेष अशी स्थाने व देवता जाणाव्यात,शरीरातील(पार्थिव शरीरातील) शक्तिस्थान (रुपास-कुंडलिनी) जाणणे उत्तम,हृदयातील स्थानात व भृकुटीमध्यात शिवरूप(निलरूप) पाहावे.मुर्धारुपी आकाशात बुद्धिचे स्थान आहे,ब्रह्मा पृथ्वीभागात(खाली) व विष्णुस्थान(वर)आकाशात आहे.महेशाच्या (ब्रह्म) रुद्र पंचक विभक्त्यात पायाजवळील शरीर प्रदेशात पृथ्वीव्यादि पंचमहाभूतात्मक असून तेथे ब्रह्माविष्णुरुद्र,ईश्र्वराचे सदाशिवरूप भावते.

अग्न्यंशे च महेशानमीश्र्वरं चानिलांशके । आकाशांशे महाप्राज्ञ धारयेत्तु सदाशिवम् ।।६।।

आग्नेयेला आकाशात महेश्र्वर,त्या आकाशात बुद्धीने(सदाशिव)शिवधारणा करावी. मनप्रवृतीच्या अध्यात्मिक शरीर भागात चंद्रादिचे दैविकरूप ह्याशी तादात्म्य सुख भावते.म्हणून त्या ईश्वराच्या पायाकडे प्रथम ध्यान करतात.

अथवा तव वक्ष्यामि धारणां मुनिपुग्ङव । मनसीन्दुं दिश: श्रेत्रे क्रान्ते विष्णुं बले हरिम् ।।७।।

हे मुनिश्रेष्ठ तुला मी धारणा सांगितली,मनाच्या वरच्या स्तरात विष्णुंचे हरिरूप आहे.

वाच्यग्निं मित्रमुत्सर्गे तथोपस्थे प्रजापतिम् । त्वचि वायुं तथा नेत्रे सुर्यमूर्ति तथैव च ।।८।।

वाचेच्या उत्सर्गातील मित्र प्रजापति आहे,वायु नेत्र व त्वचा ह्यात सुर्यरुप आहे.

जिव्हायां वरुणं घ्राणे भूमिदेवीं तथैव च । पुरुषे सर्वशास्तारं बोधनन्दमयं शिवम् ।।९।।
धारयेब्दुद्धिमान्नित्यं सर्वपापविशुद्धये । एषा च धारणा प्रोक्ता योगशास्त्रार्थवेदिभि:।।१०।।

जिव्हा व भूमी ह्यात भूमिदेवता आहे,पुरुष जीवांनी सर्व शास्त्रांचा अभ्यास करून शिवस्वरूपाचा बोध करून घ्यावा.अशा धारणेने बुद्धिमान सर्व पापांचा नाश करून घेतात अशाच प्रकारची धारणा हि योगाशास्त्रासाठी वेदवेदांताने सांगितली आहे.

ब्रह्मादिकार्यरूपाणि स्वे-स्वे संहृत्य कारणे । सर्वकारणमव्यक्तमनिरुप्यमचेतनम् ।।११।। साक्षादात्मनि संपूर्णे धारयेत्पयतो नर:। धारणेषा परा प्रोक्ता धर्मिकैर्वेदपारगै: ।।१२।।

ब्रह्म स्व-स्व-कारणाने आत(लपलेले) आहे.सर्व कारण व व्यक्त ह्याची ती चेतना आहे.परंतु त्याचा साक्षात्कार धारणा पुर्ण झालेली असताना होतो.सूक्ष्म अशी धारणा वेदशास्त्रात पारंगत अश्यांनी सांगितली आहे.(चिदाकाशांत ब्रह्म हे स्व-स्व कारणांनी-परंपरागत मायेत (वेष्टिलेले) लपलेले आहे.त्यामुळे माया हिच परमात्ररूपात आहे.असा भाव निर्माण होतो.त्याने अव्यक्त मन हेच व्यक्त होते,नामरूपात्मक व अचेतन जडत्वमय होते.)

इंन्द्रियाणि समाहृत्य मनसाऽऽत्मनि धारयेत । कंचित्कालं महाप्राज्ञ धारणैषा च पूजिता ।।१३।।

इंद्रियांचे विषय जसे मन धारण करते तसेच ते आत्मविषयाकडे सुद्धा जाते,तीव्रबुद्धि धारण करणारे आत्मज्ञानासाठी धारणा करतात व किंचित समयी पूजन करतात.

वेदादेव सदा देवा वेदादेव सदा नरा:। वेदादेव सदा लोका वेदादेव महेश्र्वर: ।।१४।।

वेद हे परमेश्र्वर स्वरूप आहेत व मनुष्यांना हि तसेच वाटते,वेद हे सर्व लोकांच्या कल्याणासाठी आहेत,वेद शब्द म्हणजेच महेश्र्वर असे ऋषींना वाटते.

इति चित्तव्यवस्था या धारणा सा प्रकीर्तिता । ब्रह्मैवाहं सदा नाहं देवो यक्षोऽथवा नर: ।।१५।।

अश्या प्रकारचीच चित्ताची कार्यपद्धती(धारणा) आहे असे प्रसिद्ध आहे.त्यात ब्रह्मा देव यक्ष नर यात फरक नाही.

न देहेन्द्रियबुद्ध्यादिर्न माया नान्यदेवता । इति बुद्धिव्यवस्थाऽपि धारणा सेति हि श्रुति: ।।१६।।

बुद्धीतील आत्मनि:श्र्चय हा ना देहाचा ना इंद्रियांचा ना मायेचा आहे ना देवतेचा, बुद्धिची अशी व्यवस्था आहे असे श्रुति सांगतात.

सर्व संक्षेपत: प्रोक्तं सर्वशास्त्रविशारद । आगमान्तैकसंसिध्दमास्थेययं भवता सदा ।।१७।।

सर्व शास्त्रांनी संक्षेपात हेच सांगितले आहे,आगम शास्त्रांनी नेहमी स्व-सिद्ध होतो.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे धारणाविधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। ध्यानविधिनिरुपण ।।

ईश्वर उवाच--

अथात: संप्रवक्ष्यामि ध्यानं संसारनाशनम् । आकाशे निर्मलं शुद्धं भासमानं सुशीतलम् ।।१।।

आता मी संसारमूळ नाहिसे करणारे ध्यान सांगतो,आकाशात निर्मळ शुध्द व शान्त असे शितल(चंन्द्र) असल्याचा भास आहे.पृथ्वीतुन (देहात) पाच योगगुण प्रवृत्त होतात ज्याने जरा,रोग,मृत्यू नाहिसे होतात. .

सोममंण्डलमापूर्णमचलं दृष्टिगोचरम् । ध्यात्वा मध्ये महादेवं परमानन्दविग्रहम् ।।२।।

पुर्णचन्द्र मंडल दृष्टिला दिसते त्याच्या मध्यभागी असलेल्या परमानंद स्वरूप महादेवाचे दर्शन घ्यावे.

उमार्धदेहं वरदमुत्पत्तिस्थितिवर्जितम् । शुद्धस्पटिकसंकाशं चन्द्ररेखावतंसकम् ।।३।।

देहातून उत्पन्न होत असलेल्या गणेशाची स्थिती वर्जित करावी, स्फटिकाप्रमाणे शुद्ध अशा चन्द्रमा पाहावा.(सगुणनिर्गुण लक्षणात -आकाश हे मुक्त लक्षण दाखविते ज्यात प्रथम चन्द्रमा पाहावा)

त्रिलोचनं चतुर्बाहुं नीलग्रीवं परात्परम् । ध्यायेन्नित्यं सदा सोऽहमिति ब्रह्मविंदा वर ।।४।।
अथवाऽऽकाशमध्य्स्थे भ्राजमाने सुशोभने । आदित्यमंण्डले पूर्णे लक्षयोजनविस्तृते ।।५।।

त्रिनेत्र चतुर्बाहुं निलवर्णी असलेल्या परमेश्र्वराचे ब्रह्म जाणणारे नित्य ध्यान करतात.तसेच आकाशात (मुर्धा-दिव्याकाश) तळपणाऱ्या पुर्णसुर्यमंडळाचे ध्यान करतात जे लक्षावधी योजने दूर विस्तारलेले आहे.(चन्द्रमंडला नंतर आदित्य मंडल पाहावे ज्यात शिवरूप आहे)

सर्वलोकविधातारं हेमरुपिणमीश्र्वरम् । हिरण्यश्मश्रुकेशं च हिरण्ययनखं तथा ।।६।।

त्या सुवर्णरुपी ईश्र्वराच्या (पाच विभागातील) पायाजवळ पृथ्वी,पंचभुते असून त्यातील ब्रह्माविष्णुमहेश,सदाशिव रूपाचा जनात भावमहिमा आहे.किंवा मनप्रवृतीच्या आध्यात्मिक शरीर भागात चंद्रादिचे दैविकरूप ह्याशी तादात्म्य सुख भावते.म्हणून त्या ईश्वराच्या पायाकडे प्रथम ध्यान करतात.म्हणून तो सुवर्णरुपी ईश्वर हाच हिरण्य(गर्भ)आहे.

कप्यास्यासनवव्दक्त्रं नीलग्रीवं विलोहितम् । आगोपालप्रसिद्धं तमम्बिकार्धशरीरिणम् ।।७।।

कपि(वानर)आसन-पाचा(भुते)चे रक्तवर्ण- हे निलवर्णाकडे जाण्याचा(कुंडलिनी मार्ग आकाशाकडे) मार्ग आहे.आगोपाल(अग्निरूप) शिवांचे हे अर्ध शरीर अंम्बिकेचे आहे.(अदृश्याचे प्रथम दर्शन योग्यांना असे असून अर्ध-दृष्टी-विश्र्वाकडे बाह्य दृष्टी)

सोऽहमित्यनिशं ध्यायेत्संध्याकालेषु वा नर: । अथवा वैदिके शुद्धेऽप्यग्निहोत्रादिमध्यगे ।।८।।

माणसांनी नित्य व संध्या-काल असताना विशेष सोऽहं ध्यान करावे,अथवा मध्ये वैदिक शुद्धिसाठी अग्निहोत्र करावे.

आत्मानं जगदाधारमानन्दानुभवं सदा । गग्ङाधरं विरूपाक्षं विश्र्वरूपं वृषध्वजम् ।।९।।

आत्मा विश्र्वरूप असून नेहमी आनंदमय अनुभव देणारा आहे,गंगाधर,विरुपाक्ष,वृषध्वज हे विश्र्वरूप आहेत.

चतुर्भुजं समासीनं चन्द्रमौलिं कपर्दिनम् । रुद्राक्षमालाभरणमुमाया: पतिमीश्र्वरम् ।।१०।।

चंद्रमोळी शिव हे चंन्द्रमोळी (डोक्यावर अर्धचंद्र) असून माया-(शक्ति)ही आपल्या पतीच्या गळ्यातील रुद्राक्षमाळा आहे.

गोक्षीरधवलाकारं गुह्यान्दुह्यतरं सदा । अत्यभ्दुतमनिर्व्दंव्दमहंबुद्ध्या विचिंन्तयेत् ।।११।।

गाईच्या दुधासारखे गुह्यात गुह्य असे नेहमी आहे,आपल्या मनातच खोलवर व्दंव्द व अहंबुद्धि आहे,ज्याचे चिंतन आपण करत असतो तिच दर्शनासांठी एक अडसर आहे.

अथवाऽहं हरि: साक्षात्सर्वज्ञ: पुरुषोत्तम । सहस्त्रशीर्षा पुरुष: सहस्त्राक्ष: सहस्त्रपात् ।।१२।।

अथवा हरीचे ध्यान करावे जो साक्षात-सर्वज्ञ असून सहस्त्र शिरे असलेला,सर्वव्यापी,सहस्त्राक्ष,सहस्र हात व पाय असलेला आहे.(सहस्त्र दल- त्याचाच प्रभाव सर्वव्यापी आहे,जेथे विष्णुरूप आहे असे ध्यान)

विश्र्वो नारायणो देव: अक्षर: परम: प्रभु:। इति ध्यात्वा पुनस्खस्य हृदयाम्भोजमध्यमे ।।१३।।

विश्र्व नारायण देव हा न-क्षर होणारा म्हणजे अक्षर असा परमात्मा आहे.त्याचे ध्यान हृदयकमळात असावे.

प्राणायामैर्विकसिते परमेश्र्वरमंन्दिरे । अष्टैश्र्वर्यदलोपेते विद्याकेसरसंयुते ।।१४।।

प्राणायामाने(रेचक) ऊर्ध्व अश्या परमेश्वर मंदिराचा विकास करावा,तेथे त्याचे (ऊर्ध्व) ध्यान करावे,आणिमादी शक्तींनी युक्त व तत्वविद्दयारूप तो केशरी-रंगासारखा भासतो.

ज्ञाननालमहाकन्दे प्रणवेन प्रबोधिते । विश्र्वार्चिषं महावन्हीं ज्वलन्तं विश्र्वतो मुखम् ।।१५।।

महतत्वरूप कंदात (कुंडलीस्थानात) ज्ञान प्राप्त करण्यासाठी प्रणव-दिवाकाराचा उपयोग करावा, ह्यासाठी हृदयकमळ मध्यात सूषुन्मामार्गाने जाणाऱ्या शक्तीचा (विश्र्वरूप शक्ति) विकास मुलाधारातील अग्नीने होतो,शक्ति विकास पावून ऊर्ध्व होते व ऊर्ध्व होते-जेथे विश्र्वव्दार आहे,त्याच्या अग्नि-ज्वाला सगळीकडे पसरतात.विश्र्वमुखात विश्र्व-आकाशाचे सामर्थ्य आहे.

वैश्र्वानरं जगद्योनिं शिखातन्विनमीश्र्वरम् । तापयन्त स्बकं देहमापदातलमस्तकम् ।।१६।।
निर्वातदीपवत्तस्मिन्दीपितं हव्यवाहनम् । नीलतोयदमध्यस्थं विद्युल्लेखेव भास्वरम् ।।१७।।

जगयोनीत(मुळात)अग्नि आहे,जेथे(शिरात) ज्योतीरूप परमेश्र्वर आहे त्या अग्नीचा ताप देहाच्या पादापासून मस्तकापर्यंत आहे निर्वात अशा दिपासारख्या अग्नीचे वहन होते,त्या निळ्यामध्ये(आकाशात) विजेप्रमाणे लखलखाट व स्वर आहे. उपनिषद- विश्र्वयोनीत जग उत्पत्ती आहे,शिखावर परमात्मज्योतीरूप पुरुष जो आहे त्याचा अग्नि‍ताप पायापर्यंत आहे,तशीच मूलाधारात ज्योतीरूप जगद्द्योनी होय.

नीवारशुकवद्रूपं पीताभासं विचिंन्तयेत् । तस्य वन्हे: शिखायां तु मघ्मे परमकारणम् ।।१८।।

वारा नसलेल्या जागी पोपटासमान (मन)- पिवळा भास होतो त्याचे चिंतनात अग्नीच्या मध्ये परमात्मा आहे.

परमात्मानमानन्दं परमाकाशमीश्र्वरम् । ऋतं सत्यं परं ब्रह्म साम्बं संसारभेषजम् ।।१९।।

परमात्मा हा परम-आकाशाचा ईश्वर आहे.मूळ,सत्य,परब्रह्म,भोळा,संसारात तारू आहे.

ऊर्ध्वरेतं विरुपाक्षं विश्र्वरूपं महेश्र्वम् । नीलग्रीवं स्वमात्मानं पश्यन्तं पापनाशनम् ।।२०।।

ऊर्ध्वरेत (ऊर्ध्वलक्ष) विरुपाक्ष विश्र्वरूप महेश होत,निळसर स्व-आत्मा हा पापनाशक आहे.

ब्रह्मविष्णुमहेशानैर्ध्येयं ध्येयविवर्जितम् । सोहमित्यादरेणैव ध्यायेद्द्योगी महेश्र्वरम् ।।२१।।

धैर्यरूप(धिराने) ब्रह्मा,विष्णु,महेश,ध्यान ध्येयरहित होऊन करावे(इच्छारहित),आपलेच ते आत्मरूप आहे अशा भावाने महेश्र्वराचे ध्यान असावे. अन्यप्रकारचे ध्यान नको.

अयं मुक्तेर्महामार्ग अगमान्तैकसंस्थित: । अथवाऽहं मुनिश्रेष्ठ ब्रह्मा लोकपितामह: ।।२२।। इति स्मृत्वा स्वहृन्मध्ये शिवं परमकारणम । साक्षाव्देदान्तसंवेद्द्यं साम्बं संसारभेषजम् ।।२३।।

अशा तऱ्हेचा मुक्तिमार्ग आगम शास्त्रांनी प्रस्थापित केला आहे अथवा हे मुनिश्रेष्ठ ब्रह्मा-परमपिता ह्याने सांगितला आहे,स्व-हृदयात शिव(शिव-विष्णुरूप) परमात्म्याचे ध्यान करावे,साक्षात वेदांनी सुद्धा भोळ्या शिवांचे वर्णन संसारातील तारू म्हणून केले आहे.

अहंबुद्ध्या विमुक्तर्थ ध्यायेदीशानमव्ययम् । अथवा सत्यमीशानं ज्ञानमानन्दमव्दयम् ।।२४।।
अनन्तममलं नित्यमादिमध्यान्तवर्जितम् । तथाऽस्थुलमनाकाशमसंस्पृश्यमचक्षुषम् ।।२५।।

अहंबुद्धि सोडून द्दयावी,विमुक्त होऊन,व्यय न होणाऱ्या (ज्याचा थोडासा तरी अनुभव येईल) परमेश्र्वराचे ध्यान करावे.

न रसं न च गन्धाख्यमप्रमेयमनूपमम् । सर्वाधारं जगद्रूपममूर्त मूर्तमव्ययम् ।।२६।।

न रस ना गंधाने ज्याचे ज्ञान होत नाही,सर्वांचा आधार अश्याचे मूर्त जगतस्वरूप असून तो परमात्मा शाश्र्वत आहे.(सर्व जग धारणेसाठी व विशिष्ट कार्यासाठी जे शब्दाने पदस्थित-शब्दानेच जे होते असे चैतन्य,निश्र्कल-अनावश्यक विषय सोडून जाणावे-ध्यान करावे.किंवा त्या दृश्याच्या तत्वबोधापर्यंत मन निवृत्त करावे.)

अदृश्यं दृश्यमन्तस्थं बहिष्ठं सर्वतोमुखम् । सर्वतः पाणिपादं च सर्वकारणकारणम्
।।२७।।सर्वज्ञत्वादिसयुक्तं सोऽहमित्येव चिन्तयेत् । अयं पन्था मुनिश्रेष्ठ साक्षात्संसारनाशने ।।२८।।

अदृश्य दृश्य मनात स्थित अंर्तबाह्य सगळीकडे तो नारायण स्थित आहे,तोच सगळ्या कारणाचे कारण आहे.सर्वज्ञ,सर्वात व्याप्त अशा सोऽहम धारणेचे चिंतन करावे,ह्यामार्गाने हे मुनिश्रेष्ठ साक्षात संसाराचा नाश होतो.

अथवा सच्चिदानन्दमनन्तं ब्रह्म सुव्रत । अहमस्मीत्यभिध्यायेद्ध्येयातितं विमुक्तये ।।२९।।

अथवा सच्चिदानन्द मनाचे स्वरूप किंवा ध्येय रहित अशा स्वतःला पहाणे,जे मुक्त झालेले पाहतात.

इदंतया न देवेशमभिध्यायेन्मनागपि । ब्रह्मण: साक्षिरूपत्वान्नेदं यदिति हि श्रुति: ।।३०।।एवं ध्यानपर: साक्षिच्छिव एव न चान्यथा । अनेन सदृशो लोके नहि वेदविंदा वर ।।३१।। प्रक्षीणाशेषपापस्य ज्ञाने ध्याने भवेन्मति:। पापोपहतबुद्धीनां तद्वार्ताऽपि सुदुर्लभा ।।३२।।

खरे पाहता स्वरूपाचे ध्यान किंवा ब्रह्माचे साक्षीरूप मनास करता येत नाही असे श्रुति सांगतात,ते पाहण्यासाठी लागणारे डोळे (द्रुष्टि-नसते) नसतात.त्यामुळे ध्यान साक्षीरूप होते अथवा होतच नाही,वेदवेदांतानी अनेक प्रकारचे ठोकताळे ध्यानासाठी सांगितले आहेत,परंतु प्रत्यक्षात दोरीला सर्प समजून ज्ञान मिळवलेलेच(प्रत्यक्षात सर्प नसून ज्ञानाकडे नेणारी दोरी-वाट आहे) सापडतात योग्य दृष्टी असलेले दुर्लभ आहेत.

अथवा विष्णुमव्यक्तमाधारं देवनायकम् । शक्ङचक्रधरं देवं पद्महस्तं सुलोचणम् ।।३३।।

अथवा अखंड(सर्वव्यापी)शिवांशी तादात्म्य करणारे ध्यान.किवां विष्णुरूपाचे जो देवांचा नायक आहे,ज्याने शंख चक्र गदा पद्म घेतले असून तो सुलोचन आहे.

किरीटकेयूरधंरं पीतांम्बरधरं हरिम् । श्रीवत्सवक्षसं विष्णुं पुर्णचन्द्रनिभाननम् ।।३४।।

त्याच्या किरीटावर मुकुट असून त्याने पितांबर घातले आहे असे हरीचे रूप,वक्षावर भृगुचिन्ह असलेले श्रीविष्णुचे पुर्णचन्द्र स्वरूप हे ध्यानास योग्य आहेत.(सगुण ध्यानाने चित्त शुद्ध पापरहित करून नंतर अखंड रूपाचा साक्षात्कार होतो.)

पद्मपुष्पदलाभोष्ठं सुप्रसन्नं शुचिस्मितम् । शुद्बस्फटिकसंकाशमहमित्येव चिन्तयेत् ।।३५।।

कमळाच्या पाकळीसारखे प्रसन्न शुध्दहास्य,शुद्धपांढऱ्या-सफेद आकाशरूपाचे चिंतन करावे.

एतच्च दुर्लभं प्रोक्तं योगशास्त्रविशारदै: । अथवा देवदेवेशं ब्रह्माणं परमेष्ठिनम् ।।३६।।

असे दुर्लभ असल्याचे योगशास्त्रात पारंगत असलेले म्हणतात.तसेच परमेश्वर-ब्रह्म-साधक म्हणतात.

अक्षमालाधरं देवं कमण्डलुकराम्बुजम् । वरदाभयहस्तं च वाग्देव्या सहितं सदा ।।३७।।

अक्षरमाला धारण करणारा देव हस्तकमळात कमंडलु धारण करणारा आहे.तो वाग्देवी सहित असून त्याचा वरदहस्त भयापासून मुक्त करतो. (त्याच्या वरदहस्ताने भय नाहिसे होते).

कुन्देन्दुऽद्दशाकारमहमित्येव चिन्तयेत् । अथवाऽग्नि तथाऽऽदित्यं चन्द्रं वा देवतान्तरम् ।।३८।।

श्रीविष्णुरूपाचे चिंतन करावे किंवा अग्नि सुर्य चन्द्र इतर देव ह्यांचे.

वेदोक्तेनैव मार्गेण सदाऽहमिति चिन्तयेत् । एवमभ्याऽयुक्तस्य पुरुषस्य महात्मन: ।।३९।।

वेदांच्या मार्गाने सांगितलेल्याचे चिंतन करावे,अशा अभ्यासयुक्त पुरुषाचे महात्म्य सगळीकडे आहे.

कमाव्देदान्तविज्ञानं विजायेत न संशय: । ज्ञानादज्ञानविच्छित्ति: सैव तस्य विमुक्तता ।।४०।।

वेदांच्यासाह्याने विशेष ज्ञान उत्पन्न होते ह्यात संशय नाही,ज्ञानाने ज्ञान वाढून जीव मुक्त होतो.

सर्वमुक्तं समासेन मया वेदान्तसंग्रह्म् । मत्पसादाव्दिजानीहि मा शक्ङिष्ठा: कदाचन ।।४१।।

सर्व जण पहावयास गेले तर मुक्तच आहेत असे वेन्दांत सांगतो,तुम्हा (गुरु) प्रसादाने मला थोडेसे हे ज्ञान मिळाले.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे ध्यानविधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। समाधिनिरुपण ।।

ईश्वर उवाच -

अथात: संप्रवक्ष्यामि समाधिं भवनाशनम् । समाधि: संविदुत्पत्ति: परजीवैक्यतां प्रति ।।१।।

ध्यानानंतर (साधनभुत-ध्यानानंतर,फलरूप) समाधिचि उत्पत्ती होते.आता मी संसारनाश करणाऱ्या समाधि बद्दल सांगतो.

यदि जीव: पराभ्दिन: कार्यतामेति सुव्रत । अचिंत्वं च प्रसज्येत घटकत्पष्डितोत्तम ।।२।।

ध्यानाचे फळस्वरूप समाधि असा जीव हा शिवाहून(शिव-स्वरूपरूप आहेतच) निराळा आहे,जो अचिंत्य अशा स्थितीस पोहोचतो असे उत्तम पंण्डित मानतात.

विनाशित्वं भयं च स्याव्द्वितीयाव्दा इति श्रुति:।नित्यं सर्वगतो ह्यात्मा कूटस्थो दोषवर्जित:।।३।।

दुसरे म्हणजे भय,त्याचा नाश होतो असे श्रुति म्हणतात,आत्मा हा सर्व ठिकाणी जाणारा(सर्वव्यापी) आहे,त्यास कुटस्थ-दोषरहित म्हणतात.

एक: स भिद्‌यते भ्रांन्त्या मायया न स्वरुपत: । तस्मादव्दैटमेवास्ति न प्रपच्चो न संसृति: ।।४।।
यथाऽकाशो घटाकाशो महाकाश इतीरित: । तथा भ्रान्तैर्व्दिधा प्रोक्ता ह्यात्मा जीवेश्र्वरात्मना ।।५।।

मायेच्या प्रभावाने भ्रांती पडून विपरीत ज्ञान (आहे एक दिसते निराळे) होते,ज्याने भेद उत्पन्न होतो,जसे घटातील आकाश व महाकाश तसेच परमेश्र्वर स्वरूप आत्म्यास जीवरूप असल्याचा भ्रम होतो.(ह्या विपरीत ज्ञानाचा निरास करणे-भेद करणे हेच श्रुति सांगतात.)

नाहं देहो न च प्राणो नेन्द्रियाणि तथैव च । न मनोऽहं न बुद्धिश्र्च नैव चित्तमहंकृति: ।।६।। नाहं पृथ्वी न सलिलं न च वन्हिर्न चानिल:। न चाऽकाशो न शब्दश्र्च न च स्पर्शस्तथा रस:।।७।। नाहं गन्धो न रूपं च न मायाऽहं न संसृति:। सदा साक्षिस्वरूपत्वाच्छिव एवास्मि केवल: ।।८।।

आत्मा-- न देह न प्राण न इंद्रिय न मन न बुद्धि न चित्त न अहंकार न पृथ्वी न नदी (पाणी) न अग्नी न वायु न आकाश न शब्द न स्पर्श न रस न गंध न रूप न माया न कल्पना, आत्मा हा सदा केवळ साक्षीस्वरूप(स्व-स्वरूप) आहे.(हे सर्व मी नसल्याचे विवेकज्ञान-मनाचा निरास झाल्यावर होते)

इति धीर्या मुनिश्रेष्ठ सा समाधिरिहोच्यते । अथवा पंच्चभूतेभ्यो जातमण्डं महामुने ।।९।। भूतमात्रतया दग्ध्वा विवेकेनैव वन्हिना । पुनः स्थूलादिभूतानि सूक्ष्मभूतात्मना तथा ।।१०।।

हे मुनिश्रेष्ठ,समाधित वरीलबाबी असतात,नाहीतर त्याआधी पंचभूतांचे बंडच असते,विवेकज्ञानाने (ज्ञानाग्नीने) भूतांचा नाश करावा,जे स्थूलाच्या बाबतीत तेच सूक्ष्माच्यासाठी तसेच मूळआरंभ शब्दांसाठी लागू होते.

विलोप्यैवं विवेकेन ततस्तान्यपि बुद्धिमान् । मायामात्रतया दग्ध्वा मायां च प्रत्यगात्मना ।।११।। सोऽहं ब्रह्म न संसारी न मत्तोऽन्यत्कदाचन । इति विद्यात्सभात्मानं समाधि: प्रकीर्तित: ।।१२।।

मायामात्र अशातऱ्हेने दग्ध करावे,बुद्धिमान विवेकाने अशाच तऱ्हेने त्याचा लोप करतात.सगळीकडे स्व-स्वरूप(सोऽहं)असून संसार म्हणून काहीच नाही,अशा रितीने विवेकज्ञानाने समाधि प्रकिर्तीत होते.

अथवा योगिनां श्रेष्ठ प्राणवात्मानमीश्र्वरम् । वर्णत्रयात्मना विद्यादकारादिक्रमेण तु ।।१३।। ऋग्वेदोऽयमकाराख्य उकारो यजुरुज्यते । मकर: सामवेदाख्यो नादस्त्वाथर्वणी श्रुति: ।।१४।। अकारो भगवान्ब्रह्मा तथोकारो हरि: स्वयम् । मकारो भगवान् रुद्रस्तथा नादस्तु कारणम् ।।१५।।

मायाजरी नामरूप असली तरी योगीजन प्रणवाचा आधार घेऊन त्याच्या वर्णादि मात्रांनी क्रमश: विवेककरून मूळतत्वाकडे जातात,ऋग्वेदात मकार उकार आहे.सामवेदातील मकारात नादवर्ण आहेत अकार-ब्रह्मा,उकार-हरि,मकार-रुद्र हेच नादाचे कारण आहेत अशी श्रुति समजावी.

अग्नयश्र्च तथा लोको अवस्थावसथास्त्रय: । उदात्तादिस्वरा: कालाश्र्चैते वर्णत्रयात्मका: ।।१६।।

अग्नेयेस अग्नि हवनाची लोकात प्रथा आहे (सवर्तकाळात दक्षिणेस हवन करतात)(मुर्ध-आकाशातील तेज आग्नेयेस आहे असे समजतात) व अवस्था तुर्या किंवा स्वप्न किंवा सुषुप्ती आहे. (मनाची उन्मन अवस्था मानतात) किंवा प्राणाची नाभि,हृदय,कंठ वा मूर्ध ह्याची सवर्त काळातील स्थिती ह्यासच चतुर्थनाम लक्षण असे म्हणतात,त्यावेळी उद्दात स्वरात श्रुति म्हणतात,प्रणवाच्या मात्रात ऋग्वेदात गायत्री व ब्रह्मा प्रथम,व्दितिय उकार(ह्यात विष्णु व रुद्र) यजुर्वेद,तृतीय मकार सामवेद ह्यात रुद्र व

आदित्य चतुर्थ मात्रा ओक्ङार: अथर्ववेद अशा रितीने ब्रह्मा स्वप्न विष्णु सुषुप्त व रुद्र तुर्य-अक्षररूप,जे नाभि हृदय कंठ व मुर्धेत चेतना देतात.

इति ज्ञात्वा पुन: सर्वमक्षरत्रयमात्रत: । विलाप्याकारमव्दंव्दमुकाराख्ये विलापयेत् ।।१७।। उकारं च मकाराख्ये महानादे मकारकम् । तथा मायात्मना नादं मायां जीवात्मरुपात: ।।१८।। जीवमीश्र्वरभावेन विद्यात्सोऽहमिति ध्रुवम् । एषा बुद्धिश्र्च विव्दभ्दि: समाधिरिति कीर्तिता ।।१९।। यथा फेनतरग्ङादि समुद्रादुत्थितं पुनः । समुद्रा लीयते तव्दज्जगन्मय्येव लीयते ।।२०।।

अकार मकार उकार हया तीनही अक्षरांचे पुनःपुन्हा ज्ञान करावे,हयातील मात्रातच ब्रह्मा विष्णु महेश असून प्रणव ॐकार मायेतच जीव व परमात्मा तद्रूप अवस्थेत आहेत.असे अक्षर ज्ञान करावे विलापातील व्दंव्द-उकार विलाप आहे,उकाराचा मकारात महानादाने मकार तसेच मायारुपी नादात जीव-परमेश्वर विद्यमान आहेत.अशी बुद्धिमानांनी समाधीचि कीर्ति सांगितली आहे.ज्याप्रमाणे समुद्राची लाट किंवा तरंग समुदात लय पावते,तव्दत जग (माया) नाहिशी होते.

तस्मान्तत्त: पृथङ्नास्ति जगन्मायां च सर्वदा।इति बुद्धि: समाधि: स्यात्समाधिरीति हि श्रुति:।।२१।।

अशा तऱ्हेने जगन्मायेचे पृथगस्वरूप जाणून त्यानुसार बुद्धि हिच समाधि असे समाधि बद्दल श्रुति सांगतात.

यस्यैवं परमात्माऽयं प्रत्यग्भूत: प्रकाशित:। स याति परमं भावं स्वकं साक्षात्परामृतम् ।।२२।।

अश्या रीतिने परमात्मा प्रकाशमान आहे.अशा तऱ्हेचा भाव म्हणजे साक्षात पर-अमृत होय.

यदा मानसि चैतन्यं भाति सर्वत्रगं सदा । योगिनोऽव्यवधानेन तदा संपद्यते स्वयम् ।।२३।। यदा सर्वाणि भूतानि स्वात्मन्येवाभिपश्यति । सर्वभूतेषु चाऽऽत्मानं ब्रह्म संपद्यते तदा ।।२४।। यदा सर्वाणि भूतानि समाधिस्थो न पश्यति । एकीभूत: परेणासौ तदा भवति केवल:।।२५।।

जर मन चैतन्यरूप सदा होईल तर तो स्वयं योगीच होय.जर सर्व भुत स्वात्मारूप झाले तर ते ब्रह्मरूपच झाले,जरी सर्व भुत समाधिस्थ झाले नाही तरी एकत्रीकरणाने ते कैवल्यरूप प्राप्त करतात.

यदा सर्वे प्रमुच्यन्ते कामा येऽस्य हृदि स्थिता:। तदाऽसावमृतीभूत्वा क्षेमं गच्छति पण्डित:।।२६।।

सर्वजण काम जो हृदयात आहे त्याचा निरास करतील (ज्ञानाने निरास) तर आत्मकाम राहिल आत्मकामात प्राण नसेल तर तो उत्क्रांत होऊन त्याचा लय होईल व पण्डित लोक जेथे वास करतात अशा ठिकाणी पोहोचेल.

यदा भूतपृथग्भावमेकस्थमनुपश्यति । तत एव च विस्तारं ब्रह्म संपद्यते तदा ।।२७।।

विवेक प्रलयाने जर पृथ्वीभाग(भेद) एकच केला,तर प्रलयदशेशी तादात्म्य होईल,त्यावेळी पुनः सृष्टी-विस्तारते ह्या ठिकाणी असेल त्याच ठिकाणी ब्रह्माचे ज्ञान होईल.

यदा पश्यति चाऽऽत्मानं केवलं परमार्थत: । मायामात्रं जगत्कृत्स्त्रं तदा भवति निर्वृत: ।।२८।।

जर स्वतःस (आत्म) केवळ परमार्थात असेल तर मायारुपी जगत ह्यापासून निवृत्ति हे निश्चित आहे.

यदा जन्मजरादुख:व्याधिनामेकभेषजम् । केवल ब्रह्मविज्ञानं जायतेऽसौ तदा शिव: ।।२९।।

जर जन्म-जरा-मरण-व्याधि नसतील तर केवळ ब्रह्म-विज्ञान शिल्लक राहिल व जे शिवस्वरूपाकडे नेईल.

तस्माद्विज्ञानतो मुक्तिर्नान्यथा कर्मकोटिभि:। कर्मसाधस्य नित्यत्वं न सिध्यति कदाचन।।३०।।

ज्याने मुक्ति मिळेल अन्यथा कोट्यावधी कर्माने होणार नाही कर्मसाधना हि नेहमी सिद्ध(फल-देणे)

होतेच ह्याची शाश्र्वती नाही (बऱ्याच वेळा होत नाही)

ज्ञानं वेदान्तविज्ञानमज्ञानमितरन्मुने । अहो ज्ञानस्य महात्म्यं मया वक्तुं न शक्यते ।।३१।।

वेदात असलेले ज्ञान हे विज्ञान असून गुप्त आहे त्याचे महात्म्य मी वर्णन करण्यास समर्थ नाही.

अत्यल्पोऽपि यथा दीप: सुमहन्नाशयेत्तम: । ज्ञानाभ्यासस्तथाऽल्पोऽपि महत्पापं व्यपोहति।।३२।।

ज्ञान ज्योत जरी लहान वाटली तरी ती मोठा विजय प्राप्त करून देते कारण त्या ज्ञानानेच महापाप नाहिसे होते व मुक्तिची वाट मिळते.

यथा वन्हिर्महादीप्त: शुष्कमार्द्रं च निर्दहेत् । तथा शुभाशुभं कर्म ज्ञानाग्निर्दहति क्षणात् ।।३३।।

महादिप्त अग्नि जसे सगळे सुकवून टाकतो,तसेच ज्ञानाने शुभाशुभ कर्मांचा नाश होतो.

यथा मन्त्रबलोपेत: क्रीडन्सर्पैर्न दश्यते । क्रीडन्न लिप्यते ज्ञानी तव्ददिन्द्रियपन्नगै:।पद्मपत्रं यथा तोयै: स्वस्थैरपि न लिप्यते । तथा शब्दादिभिर्ज्ञानी विषयैर्न हि लिप्यते ।।३४।।

जरी मन्त्रबलाने डोलणारा सर्प स्तब्ध होतो तसा इंद्रियांच्या खेळाने ज्ञानी लिप्त होत नाही.कमळ जसे चिखलात सुद्धा स्थिर राहते त्यात लिप्त होत नाही, तसे शब्दांति विषयात ज्ञानी लिप्त होत नाही.

मन्त्रौषधिबलैर्यव्दज्जीर्यते भक्षितं विषम् । तव्दत्सर्वाणि पापानि जीर्यन्ते ज्ञानिन: क्षणात् ।।३५।।

मंत्राच्या बलाने विषाचा प्रभाव जसा नाहीसा होतो तसेच ज्ञानाने सर्व पाप नाहिसे होते.

पश्यञ्श्रृण्वन्स्पृशज्जिघ्रन्नश्नन्गच्छन्स्वपन्श्वसन् । प्रलयन्विसृजन्गृण्हन्नुन्मिषन्निमिषन्नपि।।३६।।

ज्याप्रमाणे एखादा जीव स्वप्नात कोठेही जातो,तसाच प्रलय काळात जीव निमिषात मूळजागी जातो.

अकर्ताऽहमभोक्ताऽहमसग्ङ: परमेश्वर: । सदा मत्संनिधानेन चेष्टते सर्वमिन्द्रियम् ।।३७।।

कर्ता भोक्ता सर्व परमेश्र्वर असून,नेहमी माझ्याजवळ असून इंद्रिय कार्ये हि त्याच्याकडूनच होत आहेत.

इति विज्ञानसंपन्न: सग्ङं त्यक्त्वा करोति य: । लिप्यते न स पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा ।।३८।।

असा विज्ञान संपन्न भाव धरावा,ज्याने कमळांप्रमाणेच (चिखलात लिप्त होत नाही) जीवहि संसारात लिप्त होत नाही.

ये व्दिषन्ति महात्मानं ज्ञानवन्तं नराधमा: । पच्यन्ते रौरवे कल्पमेकान्ते नरके सदा ।।३९।।

जो ज्ञानवंत असून महात्म्यांचा तो नराधम कल्पांतापर्यंत नरकात राहतो.

दुर्वृत्तो वा सुवृत्तो वा मूर्ख: पण्डित एव वा । ज्ञानाभ्यासपर: पूज्य; किं पुनर्ज्ञानवान्नर:।।४०।।

वाईट वा चांगल्या वृतीचा,मूर्ख असो कि पण्डित ज्ञान अभ्यासाने मिळवल्यावर पूज्य असा परत ज्ञान का व काय ज्ञान मिळवणार?

निरपेक्षं मुनिं शान्तं निवैरं समदर्शिनम् । अनुव्रजाम्यहं नित्यं पूयेयेत्यङ्घ्रिरेणुभि:।।४१।।

निरपेक्ष मुनी हा शान्त वैररहित समदर्शी असतो.जो नेहमी व्दैत गोष्टी दूर ठेऊन मनावरील मल साफ करतो.

यथा राजा जनै: सर्वै: पूज्यते मुनिसत्तम । तथा ज्ञानी सदा देवैर्मुनिभि: पूज्य एव हि ।।४२।।

ज्याप्रमाणे राजा व जन श्रेष्ठ मुनिंचे पूजन करतात.तसेच ज्ञानी हे देव व मुनींना पूज्य आहेत.

यस्य गेहं समुद्दिश्य ज्ञानी गच्छति सुव्रत । तस्य क्रीडन्ति पितरो यास्याम: परमां गतिम् ।।४३।।

समदृष्टी असलेले ज्ञानी उत्तम पदाला जातात तसेच पितरांची सेवा करणाऱ्यास परमगती मिळते.

यास्यानुभवपर्यन्ता बुद्धिस्ततत्वे प्रवर्तते । तद्दृष्टिगोचरा: सर्वे मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषै: ।।४४।।

बुद्धीने अनुभवापर्यंत जाता येते,तसेच योग्य दृष्टी असलेल्यास वाईट (बेत) क्लीमिशे समजतात.

कुलं पवित्र जननी कृतार्था विश्र्वंभरा पुण्यवती च तेन। अपारसच्चित्सुखसागरेऽस्मिन्

लीनं परे ब्रह्माणि यस्य चेत: ।।४५।।

कुळाने पवित्र अशी जननी विश्र्वंभरा कृतकृत्य होते व अपार सुखसागर असलेल्या ब्रह्मात लिन होते.

महात्मनो ज्ञानवत: प्रदर्शनात्सुरेश्र्वरत्वं झटिति प्रयाति । बिहाय संसारमहोदधौ नरा रमन्ति ते

पापबलादहो मुने।।४६।।

काही महात्मे ज्ञानाच्या प्रदर्शनाने मोठेपणासाठी झटत असतात. संसारातील काम्य फळां(त-)साठी काही माणसे रममाण होतात.

महानिर्धि प्राप्य विहाय तं वृथा विचेष्टते मोहबलेन बालक:। यथा तथा ज्ञानिनमीश्र्वरेश्र्वरं विहाय

मोहेन चरन्ति मानवा: ।।४७।।

महान माणसे सुद्धा काही प्राप्त करण्यासाठी उगीचच लहान मुलासारखे विचित्र वागतात.जेथे तेथे माणसांना,ज्ञानी माणसांना सुद्धा मोठेपणा मिळविण्याच्या मोहाने व्यापलेले असते.

अहो महान्तं परमार्थदर्शिनं विहाय मायापरिमोहिता नर: । हिताय लोके विचरन्ति ते मुने विषं

पिबन्त्येव महामृतं विना ।।४८।।

परमार्थिक महन्ताना मायामोह टाळता येत नाही,आपल्या हितासाठी वाटचाल करणारे खरोखर अमृता ऐवजी विष पितात.

बहुनोक्तेन किं सर्वं संग्रहेणोपपादितम् । श्रद्धया गुरुभक्त्या त्वं विद्धि वेदान्तसंग्रहम् ।।४९।।

बहुप्रकारे काहीजण संग्रह करतात त्यात श्रद्धा,गुरुभक्ती,वेदवेदान्त संग्रहसुद्धा असतो.

यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ । तस्यैते कथिता ह्यर्था: प्रकाशन्ते न संशय: ।।५०।।

देवाची जशी भक्ति करावी तसाच तो पावतो तेच गुरूच्या बाबतीत,जे हृदयापासून सांगितले जाते तेथे तो प्रकाशतो ह्यात संशय नसावा.

सुत उवाच -

इत्येवमुक्ता भगवांस्तुष्णीमास्ते महेश्वर: । वक्तव्याभावमालोक्य मुनय: करुणानिधि: ।।५१।।
बृहस्पतिश्र्च मुनयो वेदान्तश्रवणात्पुन: । आनंन्दाक्लिन्नसर्वाग्ङ आत्मानन्दवशोऽभवत् ।।५२।।
भवन्तोऽपि महाप्राज्ञा मत्त: प्राप्तात्मवेदना:। अभवन्कृतकृत्याश्र्च मा शक्ङिध्वं कदाचन ।।५३।।
स्थापयध्वमिमं मार्ग मा प्रयत्नेनापि हे व्दिजा:।स्थापिते वैदिके मार्गे सकलं सुस्थितं भवेत्।।५४।।

अशारितीने भगवान महेश्र्वर मुक्ति प्रदान करतात,असे भावव्याकुळ मुनि करुणाकर ईश्र्वराबद्दल सांगतात.बृहस्पतिंसारख्या मुनिंचे पुनःपुन्हा वेदान्त श्रवण करून सर्वांग आनंदाने भरून जाते,त्यांना आत्मानंद झाल्याने शोभा वाढते.वेदांचे अध्ययन करून महाज्ञानी सुद्धा कृतकृत्य होतात ह्यात शंका नाही हे ब्राह्मण,ह्यामार्गाची(वैदिक)प्रयत्नपूर्वक स्थापना करावी जो मुक्तिदाता आहे,ज्याने सगळीकडे उत्तम स्थिती निर्माण होईल.

यो हि स्थापयितुं शक्तो न कुर्यान्मोहतो नर:। तस्य हन्ता न पापीयानिति वेदान्तनिर्णय:।।५५।।

आपल्या शक्तिनुसार ह्याची स्थापना करावी ज्याने मनुष्य मोहापासून दूर राहिल ज्याने पापमुक्ति होईल असा वेदांचा निर्णय आहे.

य: स्थापयितुमुद्द्युक्त: श्रद्धयैवाक्षमोऽपि स:। सर्वपापविनिर्मुक्त: साक्षाज्ज्ञानमवाप्नुयात् ।।५६।।

ज्याने श्रद्धा वाढेल असा धर्म स्थापन करावा ज्याने पापमुक्ति होऊन साक्षात ज्ञान मिळेल.

य: स्वविद्याभिमानेन वेदमार्गप्रवर्तकम् । छलजात्यादिभिर्जीयात्स महापातकी भवेत् ।।५७।।

ज्ञानमार्ग हा वेदमार्ग अशी कीर्ति होईल,जो छळाने ह्यात ढवळाढवळ करेल तो महापातकी होईल.

य इमं ज्ञानयोगाख्यं खण्डं श्रद्धापुर:सरम् । पठते सुमुहूर्तेषु ण स भूयोऽभिजायते ।।५८।।

असा हा ज्ञानयोग खंड श्रद्धेने वाचवा,सु-मुहुर्तावर हा वाचून उत्तम फल मिळते.

ज्ञानार्थी ज्ञानमान्प्रोति सुखार्थी सुखमाप्नुयात् । वेद्कामी लभेव्देदं विजयार्थी जयं लभेत् ।।५९।।

ज्ञान्याला ज्ञान सुखार्थी सुख वेदमार्गातील लोकांना वेद विजय मार्गातील लोकांना जय प्राप्त होतो.

राज्यकामो लभेद्राज्यं क्षमाकाम: क्षमां लभते् । यद्दिच्छेच्च मनसा तत्तदेव फलं लभेत्।।६०।।

राज्याची इच्छा करणाऱ्यास राज्य क्षमा करणाऱ्यास क्षमा ज्याप्रमाणे मनात इच्छा धरावी तसे फळ मिळते.

तस्मात्सर्वेषु कालेषु पठितव्यो मनीषिभि: । गुणान्विताय शिष्याय प्रदेयोऽयं प्रयत्नत:।।६१।।

तसेच सर्व काळात ह्याचे पठण केल्याने प्रयत्नाने शिष्य उत्तम गुणांनी युक्त होतात.

।। इति स्कान्दपुराणे सुतसंहितायां ज्ञानयोगखंण्डे समाधिनिरुपणं समाप्त: ।।

।। वाचिक-यज्ञनिरुपण ।।

श्रीसूत उवाच–

अथाहं वाचिक यज्ञं वाक्षामि श्रद्धया सह । परात्परतरात्तस्माच्छिवाच्चैतन्यलक्षणात् ।।१।।
स्वशक्तिसहितादेव व्दिजा ज्योतिर्मय: पर: । शब्द: सूक्ष्म: स्वभावेन प्रादुरासीदखंण्डित: ।।२।।

आता मी श्रद्धापूर्वक वाचिक यज्ञ सांगतो. प्रथम(शिव)चैतन्य शक्तिचे खंडन पाचरूपात आहे.व मात्रा तीन आहेत.त्याचे तरंग हे तमोगुणी असून त्याचा दंश बिन्दुस्थानी (एकेश्वर) होत असतो.त्या ठिकाणचे (बिंदु) स्वरूप निश्र्कळ (आदित्य) आहे.त्या बिंदुजवळ नाद उत्पन्न होतो जो तीन भागात आहे.निर्माण झालेला शब्द सूक्ष्म (अखंड) आहे.त्यानंतर तत्व निर्मिती होते.देव(बिन्दुस्थान)ज्योतिरूप (स्व-प्रकाशित) असून स्वतः व शक्ति सहित आहे (शक्तिसहित देव आहे) मूळशब्द हा सूक्ष्म असून त्याच्या स्वभावाने तो खंडन पावतो (एकोऽहं-बहुस्याम),वैखरी वाणीचा शब्द मुलत: सूक्ष्म आहे,जो स्वयं-प्रकाशित बिंदु जवळचा असल्याने शब्दब्रह्म व त्यानंतर निर्माण झालेले तत्वरुपी जग ह्यांचे तादात्म्य आहे.

स शब्द: पुनराधारे प्राणिनामास्तिकोत्तमा: । पिंण्डीभूततयाऽऽभाति तप्तजाम्बूनदप्रभ: ।।३।।

प्राण्यांच्या मस्तक भागात शब्दाचा आधार आहे,तसेच पिंडात तप्तसोन्यासारखी प्रभा आहे.मुळशब्द सूक्ष्म असून त्या दिव्याकाशात असल्याने पवनाशी(आकाशात-पवन) त्याचा संबंध येतो.म्हणून जीवांना पवन संबंधी बंधन आहे मुख्यत्वे पिंडात मूलाधार चक्राजवळ हे प्रकर्षाने जाणवते,जेथे जडात तप्तसोन्यासारखी प्रभा आहे तेथे नि:स्पन्द शब्द आहे,त्या नि:स्पंद शब्दाजवळ मन असून विषयानुसार ते विशेष स्पंन्द निर्माण करते,त्या विशेष स्पंदातुन परा-पश्र्चन्ति वाणी (उत्पन्न-)आहे.ज्या-त्रिमात्रा असून त्यास त्रिवर्ण मिति म्हणतात.

स पुनर्ब्रह्मनाड्या तु प्रविश्य हृदयाम्बुजम् । विभक्त: सूक्ष्मरूपेण भाति वन्हिप्रभ: स्वतः।।४।।

पुनः मुळाकडे जाण्यासाठी जेव्हा सुषुन्मेत प्राण शिरतो तेव्हा तो हृदयकमळाकडे जातो,सुषुन्मा हि म्हणूनच वेगळी आहे.जेथे अग्नीची प्रभा आहे. पुनः ब्रह्माकडे जाण्यासाठी निश्र्चयात्मक बुद्धि लागते जी हृदयात आहे,विशेष असे जे स्पंद निर्माण होतात त्याचा बुद्धीत विकल्प निर्माण होतो,ब्रह्माकडे जाण्यासाठी तो निश्र्चयात्मक बुद्धि करते.त्यासाठी सुषुन्मा वेगळी आहे,त्यातुन प्राणशक्ति गेल्यावर विशेषविषयशब्दरूप निश्र्चयात्मक बुद्धीने होते.वैखरी वाणीचे सूक्ष्मरूप ऐकण्यासाठी निश्र्चयात्मक बुद्धि लागते.पश्र्चन्ति वाणीची बाह्यप्रभा मध्यमा वाचा होय,हिच बर्हिप्रभा बाह्य तम-हरण करण्यासाठी योग्य आहे.म्हणून मुलाधाराजवळील सुर्यप्रभेचे महत्व आहे.

ब्रह्मरंध्र पुनः: साक्षाच्छिवस्य स्थानमुत्तमम् । पिंण्डीभूततया प्राप्य प्रकाशानन्दलक्षणे ।।५।। तत्र संनिहिते शंभौ विश्रान्तिं लभते स्वतः । आधारे परशक्तेस्तु स्थाने शब्द: प्रकाशित: ।।६।। परमेकाक्षरं साक्षाभ्दवत्यत्यन्तशोभनम् । आज्ञासंज्ञान्महास्थानादूर्ध्वं यतस्थानमुत्तमम् ।।७।।

वैखरीची मूळ सूक्ष्म उत्पत्ती ब्रह्मरंध्राच्या ठिकाणी आहे ती मध्यमा स्थानात प्रवेश करून समजते.तसेच पिंडातील प्रकाशरूप लक्षणांचे कारण-स्वरूप समजते.शिव हेच परमानंद स्वरूप आहेत, जगत-उत्पत्ती कारणासाठी हृदय स्थानाकडून भ्रूमध्य मार्गे त्यांचा ब्रह्मरंध्राकडे प्रवास तेथे चिरानंद स्वरूप आहे.आज्ञाचक्राच्यावरती असलेले ते स्थान उत्तम असून तेथेच ओमितेश्र्वराचे(ॐकाराचे) स्थान आहे त्याची शोभा विलोभनीय आहे.त्यासाठी मुर्धेत मनाचा लय करून प्राण (योगाने) धारण

करावा,ज्याप्रमाणे भाव त्यानुसार अनुभव असतो हे नि:संशय लक्षात ठेवावे,त्याप्रमाणे ओमितेश्र्वर स्थानात दर्शन होते.

तत्रस्थोऽयं व्दिजा: शब्द: सूक्ष्मेकाक्षरतामियात् । तृतीये परमाधारे पूरके पुण्यभाजने ।
एकाकारत्वमान्पोति स्वभावेनाक्षरव्दयम् ।।८।।

शब्द व्दिज असून (स्थुल-सूक्ष्म) पुरकाने पुण्यरूप परमा(त्मा)धाराने तृतीय होत.त्याच्या मूळस्वभावानुसार ते एकाकार(एकच) आहेत. स्थुल शब्द वैखरीरूप असून श्रवणयोग्य आहेत,व्यवहार,पदे,मंन्त्र हयाचेच होत.सूक्ष्मशब्द मध्यमारूप असून वैखरीरूप व नादमय आहेत,जसा प्रणव,प्रणवाचे बाह्यरूप कंठामुळे बाह्यस्थुल व नादात्मक आहे,सर्व शब्दांचे मूळ मुर्धेत सूक्ष्म अक्षर होय.असे नादरूप शब्दांचे मूळ आहे. ओमितेश्र्वराच्या अंतर्गत(ॐ) प्रतिप्राण शब्द आहे अशातऱ्हेने परा शब्दमात्रगर्भा प्रभावित होते.प्राणात सकल वर्णमात्रा आहेत.नाभितील प्राण उरात विस्तीर्ण व कंठ,मुर्धेत परावृत्त होतात.असे प्राण नादात व्यक्त होतात.प्रथम पश्यन्ति,मध्यमा बुद्धित, वैखरीरूप-वाचा होत. पश्यन्ति(नाभि) मध्यमा(हृदय) (ब्रह्मरंध्र तृतीय स्थान आहे.) वैखरी हयाने प्रणव गतिमान आहे.भृमध्यात वर्णाच्या प्रकटीकरणाचा आधार असून वैखरीमुळे त्यास परिपूर्णत्व येते.जसा प्रणवाचा प्रभाव आहे तसाच मंत्रांचा,मंत्राने वर्णमात्रांवर परिणाम होतो.मन्त्र हे मुख्यपणे भाव उत्पन्न करण्यासाठी आहेत.प्रणवात परमेश्र्वराच्या पुरुष व स्त्रीभाग (अर्धनारीनटेश्र्वराचे) एक दुसऱ्याशी तादात्म्य असते.ज्यामुळे अर्धनारीनटेश्र्वर आपल्या पुरुषभागाकडे सहज जातो.सोऽहं हयात सुद्धा असेच तादात्म्य आहे.हकार अर्धनारीनटेश्र्वर आहे.,अजपा-जपात शक्ति दक्षिणवाम भागी,बिंदुच्या दक्षिणवामभागात विसर्गक (:) म्हणून दक्षिणवाम भागास स्त्रीरूप समजतात.बिंदु-पुरुष,विसर्ग-स्त्री,सोऽहं मधील स्व-पुरुष जो परमात्मा आहे.सकार व हकार हयाचा लोप करावयाचा असतो.म्हणून सोऽहं मधील संधीच्या आधी (सो) प्रणवरूप आहे.

अयमद्दय: परो मन्त्र सुप्रसिद्ध: स्वभावत: । मननत्राणरुपत्वान्मन्त्र इत्यभिशब्दित: ।।९।।

मन्त्र हे स्वाभाविकपणे सुप्रसिद्ध आहेत,स्वरूप व त्याचे शब्द हे मननासाठी आहेत.त्याचे प्रभाव स्थान व्दिव्य जागी आहे,जसे भय घालविण्यासाठी शूर मन्त्र,जसा मन्त्र तशा त्याच्या मातृका.

मातृका परमा देवी मन्त्रमाता महेश्वरी । अस्मादाद्वयान्महामन्त्रादाविर्भूता स्वभावत: ।।१०।।

मातृकांची परमदेवी (मंन्त्रमाता)महेश्र्वरी आहे.त्यामुळे स्वाभाविकपणे तिचे स्थान महामंत्रात आहे.

अधोमुखी भवेदेका चैका ह्रूर्ध्वमुखी भवेत् । तस्माच्छ्रीमातृका शुद्धा चाऽऽद्वयमन्त्रात्मिकी भवेत ।।११।।

अधोमुख झालेले विकृतरूप(शुद्ध)ऊर्ध्वमुखी होते,अश्यारितीने मंत्रांनी मातृका शुद्ध होतात.

वैखरी वाणीने निर्माण झालेला सूक्ष्मशब्द अधोमुख होतो.तसेच प्राण,पूरक-अधोमुख, रेचक-ऊर्ध्वमुख,प्राण अपान-वायु ह्याची संधि कुंभक ह्याची तीनही नाद स्वरूपे वैखरीवाणीने होतात.नाद उत्पत्ती व्यान वायुने होते असे म्हणतात,हृदयातील नादसुद्धा तशाच प्रकारे होतो.प्रणवाच्या तदात्मतेने शुद्ध मात्रा ज्ञान प्राप्त होते.

आद्वयोऽयं परमो मन्त्र: सुप्रसिद्धोऽपि सुव्रता: । गुरुपदेशतो ज्ञेयो नान्यथा शास्त्रकोटिभि: ।।१२।।

आद्वय परममंन्त्र सुप्रसिध्द आहे,गुरु-उपदेशात तो समजतो अन्यथा कोट्यावधी शास्त्रांनी सुद्धा तो समजणे कठीण आहे.

सर्वेषामादिभूतस्य शिवस्य परमात्मत: । स्वप्रकाशस्वरूपस्य वाचकोऽयं परो मनु: ।।१३।। नास्त्यत: परमो मन्त्रो न समश्र्चास्य सुव्रता:। सत्यं सत्यं पुन: सत्यमुद्धृत्य भुजमुच्यते ।।१४।।

सर्वप्रकारे-सर्वांमध्ये शिव परमात्म्याचा वास आहे,त्याचा स्वप्रकाश-स्वरूप पाहण्याचा मानस हवा.शिवस्वरूपासाठी परममन्त्र वा अन्य लागत नाही,कारण शिवरूप हेच अंतिम सत्य किंवा सत्याचे सत्य आहे.

त्रिचतुर्वत्सरं शिष्यं परिक्ष्य सततं पुनः। ईश्र्वरादेशतो देयो मन्त्राऽयं मन्त्रिसत्तत्मै: ।।१५।। अपरीक्ष्य प्रदानेन शीघ्रं मृत्युमवाप्नुयात् । अर्जित: पुरुषार्थोऽपि वृथा भवति तस्य तु ।।१६।। अस्य मंत्रस्य वैशिष्टं मया वक्तुं न शक्यते । मुनिभिश्र्च तथा देवै: सर्वज्ञेन शिवेन च ।।१७।।

शिव जे त्रिनयन चतुर्भुज आहेत ते प्रिय शिष्याची पुनःपुन्हा परिक्षा घेतात,ईश्र्वराच्या स्थानात जाण्यास उत्कृष्ट मंत्र योग्य त्यासच प्राप्त होतो.परिक्षा न घेता मन्त्र प्रदान केल्यास शीघ्र मृत्यु प्राप्त होतो व प्राप्त केलेला पुरुषार्थ फुकट जातो.अशा मंत्राचे वैशिष्टय मला व्यक्त करून सांगता येणे शक्य नाही. महान-मुनि व देव सर्व शिवच आहेत.

मन्त्राणां मातृभूता च मातृका परमेश्र्वरी ।।१८।। बुद्धिस्था मध्यमा भूत्वा विभक्ता बहुधा भवेत् । सा पुनः क्रमभेदेन महामन्त्रात्मना तथा ।।१९।।

मत्रांची जननी हि परमेश्र्वरी-मातृका आहे.परापश्र्चन्ति रुपात असलेल्या मातृका बुद्धीच्या मध्यमादशेच्या अवस्थेत बहु होतात.त्याचा पुनः महामंत्राने भेद होतो.प्रथम नादात्मक-प्रणवाचे प्राणरूपाचे पंचप्राणरूप व्यक्त होते,ज्यात कंठ व टाळु मुख्य आहेत.वर्णपदे व वाक्य हा त्यानंतरचा भेद आहे.असा क्रमाने भेद होतो.

मन्त्रात्मना च वेदादिशब्दाकारेण च स्वतः । सत्येतरेण शब्दनाप्याविर्भवति सुव्रता: ।।२०।।

मंत्रांचे कारण चारही वेद आहेत,जे स्वतःच वर्णरूप शब्दांनी नटलेले आहेत.

यथा परतर: शंभुर्व्दिधा शक्तिशिवात्मना । तथैव मातृका देवी व्दिधाभूता भवेत्स्वयम् ।।२१।।
एकाकारेण शक्तेस्तु वाचकश्र्चेतरेण तु । शिवस्य वाचक: साक्षाव्दिदयेयं पदगामिनी ।।२२।।

शंभु अशातऱ्हेने दोनस्वरूप-शक्तिशिवरूप आहेत,म्हणून मातृकादेवीची (परमेश्र्वरी) दोन-भागात स्वरूपता आहे.जरी असे असले तरी शक्ति एकाकार म्हणून समजतात(तसा उच्चार होतो),कारण ति साक्षात शिवस्थानाकडे जाऊन मिळते.,शिवशक्तीचे कंठाने पुर्णस्वरूप कंठाने एकरूप असेच (एकाकार) म्हणावे लागेल.फक्त कार्यकरण्यासाठी व्दिरूप दिसले तरी निष्कल अश्या शिवरूपात शक्ति विलीन होते.

अपदं पदमापन्नं पदं चाप्यपदं भवेत् । पदापदविभागं च य: पश्यति स पश्यति ।।२३।।

अपद म्हणजे स्वरूप जे इंद्रियगोचर नाही.व त्यास पद असेही म्हणणे योग्य नाही.परबिंदू नाद हा परा,पश्र्चन्ति,मध्यमा व वैखरी क्रमाने जातो,त्यामुळे उलट क्रमाने मातृका(मातृका-शिवरूप आहेत.)

मिळवून जाणे म्हणजे शिवरूपाच्या मदतीने स्थानाकडे जाणे आहे.अपदामुळे जी पदे निर्माण होतात, ती चारवाणीरूप आहेत व बरीच इंद्रियगोचर आहेत.उलट क्रमाने जाताना हे सर्व ज्ञात करावे.

पदस्थस्य जिता मन्त्रा भवयु: पंण्डितोत्तमा: । पदाभ्यासपराणां तु न किंचिदपि दुर्लभम् ।।२४।।

प्रत्येक पदावर मातृकांची विशिष्ठ लक्षणे आहेत ज्याने तेथील मन्त्र सिद्ध होतो,अश्यातऱ्हेचा पदाभ्यास करणारा व जाणणारे थोडे किंवा दुर्लभ आहेत.

अंश एक: पदस्यायमुपकाराय देहिनाम् । भवेत्षोडशधा पूर्व पच्चधा च व्दिधा पुन: ।।२५।।
पदस्यांशोऽपर: पूर्वो व्दात्रिंशद्भेदमाप्नुयात् । त्रयस्त्रिंशत्पुनर्भेदं तथैव व्दिविधं भवेत् ।।२६।।एवं लोकोपकाराय पदं बहुविधं भवेत् ।।२७।।

एका अंश देहात उपकारासाठी पदभुत होतो,तेव्हा पाचभाग होण्याआधी सहाभाग होतो व पुनः दोन भाग,त्यामुळे पदरूप होण्याआधी बत्तीस भाग होतात,त्यानंतर पुनः तीन व नंतर दोन भाग होतात अश्यातऱ्हेने लोकउपकारासाठी बरेच भाग होतात.चार वाणी व तुर्या अवस्था मिळून वैखरी अवस्था समजतात,परंतु श्रवण करता योग्य शब्द तुर्यावस्थेत आहे.तीन भेद असलेला तेथला शब्द ऐकणे,शक्य होते.वैखरीपासून एकच शब्द असतो पण कंठ,टाळू ह्याच्या भेदाने तो अनेकविध होतो,अकारविसर्गरूप शब्दाचे सहा भागात होतात.शब्द वर्णमालेने पंच्चात्मक होतो,नासिकभेदाने व्दिगुण व तीन भेद होतात.पाच विषयांच्या हकाराने आठ-भेद,असे तेहतीस भेद होतात.तसेच स्वर-व्यंजनाने भेद होतात.

एकैकाकारभूतश्चैकार्थसिद्धिर्भवेत्स्वत: । वैदिकान्केचनाऽऽकारानुपजीवन्ति सिद्धये ।।२८।। तान्त्रिकांश्च तथाऽऽकारानुपजीवन्ति केचन। लौकिकानपि चाऽऽकारानुपजीवन्ति केचन ।।२९।।

वैदिकांना प्रत्येक मन्त्रसिद्धी जपसाधनेने मिळते ति एकैकारामुळेच होय.काही वैदिकांचे जीवन ह्या सिद्धींमुळेच चालत आहे,तसेच काही तांत्रिक व लौकिक मिळवलेले ह्यावरच अवलंबून आहेत.आगमाने समाधिकडे स्वाधिस्थान सिद्धीने जावे लागते.

यथा सर्वे महादेवमुपजीवन्ति सर्वदा । यथा वा शक्तिमीशिस्य यथा वा भूतपच्चकम् । तथा सर्वे पदाकारानुपजीवन्ति सर्वदा ।।३०।।

महादेव अशारितीने सर्वांचे पोषण करते आहेत.तसेच शक्ति व भुतपंचक,सर्व शिवकृपेने आपल्या स्वभावानुसार जीवन व्यथित करतात.

मातृका परमा देवी स्वपदाकारभेदिता । वैखरीरुपतामेति करणैर्विशदा स्वयम् ।।३१।।

मातृकांची परमदेवी(वैखरी) असून तिचीच अनेक रूपे तयार होतात, तिची विशेषरूपे ताळू व कर्ण येथे आहेत.

स्थुला सूक्ष्मा सुसूक्ष्मा च त्रिविधा मातृकेश्र्वरी । सा देवी शक्तिसंभिन्ना शिवस्यामिततेजस: ।।३२।। वाचमगोचराकारो मातृकायास्तथा पर: ।।३३।। ब्रह्मविष्णावानादिदेवानामचिन्त्य: सूक्ष्मताविधि: । चिन्मय: परचिद्रुप: शिवासंभिन्न एव हि ।।३४।।

स्थुल सूक्ष्मरूप अतिसूक्ष्म हे त्रिविधरूप वैखरीचेच,त्याने भ्रमित होऊ नये,हि शक्ति शिवतेजापासून अभिन्न आहे.जेथे (शिवरूपाजवळ) सूक्ष्म लहरी आहेत त्या समजणे शक्य आहे.ब्रह्माविष्णुरूपाच्या लहरीसुद्धा बिन्दुनादात्मक व सूक्ष्म आहेत.ह्या सूक्ष्म लहरी शिवांशी तादात्म्यरूप असून अशारितीने शिव हे सूक्ष्ममातृकांनी संपन्न आहेत.

बुद्धा मन्त्रजपं कुर्यादेवं मन्त्रस्य वैभवम् । आचार्यमुखत: प्राज्ञा: सिध्यत्येवाचिरेण तु । आचार्यरहितो मन्त्र: पुंसोऽनर्थस्य कारणम् ।।३५।।

बुद्धीने जपलेल्या मंत्राचे वैभव वेगळेच आहे. आचार्यांच्या मुखाने ज्ञानप्राप्त झालेला मन्त्र सिद्धप्रद जातो. आचार्याशिवाय सांगितलेला मन्त्र अनर्थ करण्यास कारण होतो.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे वाचिकयज्ञविवरणं समाप्त:।।

।। प्रणवविचार निरुपण ।।

सूत उवाच -

प्रणवं संप्रवक्षामि समासेन न विस्तरात् । परापर विभागेन प्रणवस्तु व्दिधा मत: ।।१।।

प्रणवाचे मी विस्ताराने वर्णन करतो, त्याचे विविध भाग दोन अर्थाने पाहावेत.ज्यात चैतन्य लक्षणे अंगीभुत आहेत.(सर्व मन्त्र हे मुलत: पाचवर्णी आहेत,प्रणव मन्त्राचा बिंदुनाद हा पाच कला रूपांचा आहे.) मातृका मिळून प्रणव ब्रह्मरूप आहे.त्यामुळे सत्यकर्म-सुद्धा (सत्याकडे-नेणारे) ब्रह्मरूप आहे.अश्या रितीने पुढे सांगितलेले दोन-अर्थ नीट समजावेत.

पर: परतरं ब्रह्म प्रज्ञानन्दादिलक्षणम् । प्रकर्षेण नवं यस्मात्परं ब्रह्म स्वभावत: ।।२।।

ब्रह्म हे सूक्ष्म (पर) असून जे ज्ञानाचे द्द्योतक आहे. ब्रह्म स्वभावत: प्रकर्षाने नवीन व सूक्ष्म आहे. (एकोऽहं बहुस्याम) सृष्टी होताना सूक्ष्मभाग (सुरवातीचा भाग तसाच) परमेश्र्वराकडेच(दिशेला) असतो.सृष्टी(माया) हे शिवांचे कार्यरूप असून शिवकार्य प्रणवरूप आहे.त्यामुळे माया दिसते पण परमात्मरूप कूटस्थ आहे.(दिसत नाही) माया जरी उत्पन्न झाली तरी तिचा मूळधागा परमात्म्याजवळच आहे.अश्यारितीने प्रणव हा परमानंद प्रकाश आहे,जो नित्य नवीन व सूक्ष्म आहे.

अपर: प्रणव: साक्षाच्छब्दरूप: सुनिर्मल: । प्रकर्षेण नावत्वस्य हेतुत्वात्प्रणव: स्मृत: ।
परमप्रणवप्राप्तिहेतुत्वात्पणवोऽथ वा।।३।।

प्रणवाचे(अपरा) शब्दरूप-मुळरूप हे शुद्ध निर्मळ आहे,अनेक नामरुपात्मक हेतुमुळे अनेक आहे.त्यामुळे शब्दाच्या प्राप्तीसाठी प्रणव भेद दिसतो.नवीन हेतुमुळे प्रणवाचे नाविन्य आहे,

पुरा प्रजापति: साक्षाच्छ्रद्धया परया सह ।।४।।

मुलस्थानात श्रद्धेने साक्षात प्रजापति-भार्येसह असल्याचे समजते.

भस्मोद्धूलितसर्वाग्ङस्त्रिपुण्ड्राक्ङितमस्तक: । जितेन्द्रियो जितोक्रोधो जटावल्कलसंयुत: ।।५।।

सर्वांगी भस्म असून मस्तकी स्त्रीरूप,जितेंद्रिय,क्रोधावर विजय मिळवलेला,जटारुपी वस्त्र धारण केलेल्या महादेवाना श्रद्धेने पाहावे.

सदा पंच्चाग्निमध्यस्थ: साम्बध्यानपरायण: । तताप परमं घोरं तप: संवत्सरत्रयम् ।।६।।

नेहमी पंचाग्निमध्ये स्थित शिवांचे ध्यान उत्तम होय. त्या अग्नीचा भयंकर ताप (तेज) असून संवत्सराच्या तिनही(सर्व)काळी आहे.(सुरवातीपासून-शेवटपर्यंत)

स पुन: शंकरस्यास्य प्रसादादम्बिकापते: । पृथिवीमन्तरिक्षं च दिवं चासृजदास्तिका: ।।७।।

अम्बिकापती शिवांचेच ते स्वरूप आहे.अस्तीकांना पृथ्वी अंतरिक्षात व्यापलेल्या तेजाकडे नेते.(ते तेज दिसते)

स तान्यभ्यतपल्लोकांस्तेभ्यो वेद्विंदा वरा:। त्रीणि ज्योतीष्यजायन्त पृथिव्या एव तत्र तु ।।८।।

तेच वेदशास्त्र जाणणारे लोकांसाठी सांगतात ते त्यासारखेच आहे,पृथ्वीवर तिन्हीकाळांचे ज्योतिष हेच आहे,(तिन्ही काळी हे सत्य बदलत नाही)

अजायताग्निर्वायुश्र्च ब्राह्मणाश्र्चान्तरिक्षत: । दिवा दिवाकर: साक्षाज्जगच्चक्षुरजायत ।।९।।

अग्निवायुचा ब्रह्माच्या अंतरिक्षात असा भास आहे, साक्षात दिवाकराच्या तेजाने असे होते.

तानि चाभ्यतपज्जोतींष्यजस्तेभ्यो महाव्दिजा: । त्रेयो वेदा अजायन्त वेदनां प्रथमोऽनलात् ।।१०।।

तेच ज्योतीबद्दल (ज्योतिषाबद्दल-महापंडिताना),प्रथमत: वेदांबद्दल असेच आहे.

यजुर्वेदस्था वायोरादित्यात्सामसंज्ञित: । वेदानभ्यतपत्तांश्र्च ब्रह्मा तेभ्यो महाव्दिजा: ।।११।।

यजुर्वेदात वर्णन केलेले वायुरूप-सुर्य त्याचप्रमाणे आहे,वेदांत तिन्ही जाती-ना सांगितलेले तप,ब्रह्म असेच आहे.

त्रीणि शुक्लान्यजायन्त तत्र ब्रह्मविंदा वरा: । ऋग्वेदादेव भूस्तव्दद्व्यजुर्वेदाभ्दुवस्तथा ।।१२।। सामवेदात्सुवस्तानि शुक्लान्यभ्यतपत्प्रभु: । तथा तेभ्योऽभितप्तेभ्यस्त्रयो वर्णा व्दिजोत्तमा: ।।१३।। अजायन्त क्रमेणैव कोटिसूर्यसमप्रभा: । अकारश्र्च तथोकारो मकारश्र्चेति सुव्रता: ।।१४।।

तिन्ही काळात ब्रह्मविंदावर त्या शुद्ध स्वरूपाकडे जातात, ऋग्वेद,यजुर्वेद,सामवेदातील शुद्धरूप तेच,त्याच स्वरूपाचा ब्राह्मण अभ्यास करतात.अकार उकार मकार ह्यानेसुद्धा त्या कोटीसूर्यप्रकाशाकडे मार्गक्रमण होते.

तानेकधा सभभरदज ओमित्ययंप्रभु: । तस्मिन्नेव शिव: साम्ब: सर्ववत्स्ववभासक: । प्रतिबिम्बितवांस्तेन प्रणवस्तस्य वाचक: ।।१५।।

अशारितीने ॐकार स्वरूप देव आहे,शिवसांब सगळीकडे व्यापले आहेत व वाचकास प्रणवरुपात प्रतिबिंबित होत आहेत.असे प्रणवरूप आहे,प्रजापतिस्थानात वकाररूप असून त्याच्या संधिस्थानात अनेक गुण (विकृती-प्रकृती) उत्पन्न होतात,जे ओमितिमन्त्र स्वरूप आहे,असे मंत्रांचे वैशिष्टय आहे.सर्वात निर्मळ मन्त्र प्रणव असून आदर्शरूपाने त्यात स्व-प्रकाश चिद्रूपरूप परमशिवांच्या प्रतीबिंबाचा भास होतो.प्रणव वाचकासाठी(साधक)तसाच आहे.

तप्तलोहादिवच्छंभोरभेदात्पणवोऽपि स: । सर्वावभासको नित्यभवत्पण्डितोत्तमा: ।।१६।।

उत्तम पंडितांना सर्वपणे तत्प-लोहाप्रमाणे (स्वप्रकाशित रुपात-पिंडात-शिवरूप) प्रणव(भेद) भासतो.

ज्ञातार्थे ज्ञातमित्येवं वक्तव्ये सति तव्दिना । ओमाति प्राह लोकोऽयं तेन ज्ञातस्य वाचक: ।।१७।। अज्ञानार्थे तथाऽज्ञातमिति प्राप्ते तु वाचके । ओमिति प्राह लोकोऽयं तेनाज्ञातस्य वाचक: ।।१८।। संदिग्धार्थे तु संदिग्धमिति प्राप्ते तु वाचके । ओमिति प्राह लोकोऽयं तेन संदिग्धवाचक: ।।१९।। आकाशादिपदार्थांनां ये शब्दा वाचका भुवि । विना तानखिलात्रशब्दॉल्लोक ओमिति भाषते ।।२०।। अत: प्रयोगबाहुल्याद्घटकुड्यादिशब्दवत् । आकाशादिपदार्थांना वाचक: प्रणव: स्मृत: ।।२१।। सर्वावभासकंत्वेन ब्रह्मणां सद्दश: स्मृत: ।।२२।।

प्रणवाचे ओमितिरूप लोकांना व साधकांना भासते,ज्ञानासाठी किंवा ज्ञान सांगण्यासाठी हेच रूप सांगतात,अज्ञानी वा ज्ञान मिळवणारे साधक यांस ओमितीरूप जवळचे आहे, हेच संदिग्ध मनाच्या लोकांसाठी लागू होते,आकाशरूप पदार्थांचे साधकांस भुविवर ज्ञान हे ओमिति शब्दरूपच भासते,अभ्यासाने व विचाराने ते देहात शब्दरूपाने पाहावे,आकाशादी पदार्थ देहात प्रणवरूपाने आहेत.एकत्रित विचार केला तर परमात्म्याचा (ब्रह्माचा-आकाशरूपी) भास होतो.जे साधकास दिसते किंवा ज्ञात जे जे होते ते सर्व भासमय आहे.प्रत्यक्षात शिवरुपच विद्दयमान आहे.

सर्वावभासकं मन्त्रमिंम जपति यो व्दिज: । सर्वमन्त्रजपस्योक्त्मं फलं स लभतेsचिरात् ।अत: सर्व परित्यज्य सदा मन्त्रमिमं जपेत् ।।२३।।

सर्वमन्त्र व त्याचे फळ जे ब्राह्मण जपतात ते सुद्धा भासात्मक आहे,त्यासाठी सर्वात उत्तम असा प्रणव जपावा जो वेदांसारखाच आहे.ओमित(यजुर्वेद) विद्दया दर्शविते असे मानतात.

ऋषिर्बाह्याsस्य मन्त्रस्य गायत्री छन्द उच्यते । परमात्माभिध: शंभुर्देवता परिकीर्तिता ।।२४।। अकारो बिन्दुसंयुक्त: शक्तिरस्य व्दिजोत्तमा: ।।२५।।

ऋषींच्या मंत्रात गायत्री छन्द उत्तम समजतात,सर्वात परमात्मा शिवदेवता असलेले मन्त्र प्रसिद्ध आहेत,अकार बिन्दु(संयुक्त)नादात्मक आहे ज्यात शक्ति स्वरूप असून व्दिजांसाठी (ब्राह्मण) ते उत्तम होय.

आकारश्र्च मकारश्र्च व्दयं बीजं प्रकीर्तितम् । मोक्षार्थे विनियोगोsस्य प्रोक्तो वेदान्तवेदभि:।।२६।।

वेदवेदांताचे सुद्धा हे मोक्षप्राप्तीसाठी उत्तम असल्याचे म्हणणे आहे,ज्यात अकार उकार मकार रुपी बीजे आहेत.

अग्निश्र्च वायु: सुर्यश्र्च वर्णानां मुनय: क्रमात । गायत्री च तथा त्रिष्टुब्बृहती च यथाक्रमम् ।।२७।।

अग्नि,वायु,सुर्य असा मुनीचा क्रम आहे. गायत्री सुद्धा त्याचक्रमाने पुढे जाते.

छन्दांसि ब्रह्मविच्छ्रेष्ठा वर्णानां च यथाक्रमम्। ब्रह्मा विष्णुश्च रुद्रश्च वर्णाना देवता: क्रमात्।।२८।।

छंदसुद्धा ब्रह्माचे वर्णन ब्रह्मा विष्णु रुद्र ह्याच क्रमाने करतात.

रक्तं शुक्लं च कृष्णं च क्रमाद्वर्णा उदाहृता: । जाग्रत्स्वन्पसुषुप्तिश्चावस्था: प्रोक्ता यथाक्रमम् ।।२९।।

रक्त शुभ्र व काळा क्रम सांगितला जातो तो क्रम जागृत स्वप्न सुषुप्ति ह्या अवस्थांचा सांगितला आहे.

भूम्यन्तरिक्षस्वर्गाश्च स्थानानि क्रमशो विदु: । उदात्तप्रमुखा विप्रा: स्वरा: प्रोक्ता मनीषिभि:। ऋग्युजु:सामसंज्ञाश्च वेदा: प्रोक्ता यथाक्रमम् ।।३०।।

भु,मध्य,अंतरिक्ष,स्वर्ग हा क्रम उदात्त,प्रमुख,विप्र,स्वरा हा मनाचा क्रम सांगतात,तोच ऋग्वेद,यजुर्वेद,सामवेद,अथर्ववेद ह्यांचा सांगतात.

अग्रयो गार्हपत्याग्निर्दक्षिणाग्निस्तथैव च । प्रोक्तश्चाऽऽहवनीयाग्निर्वर्णानां क्रमशो व्दिजा: ।।३१।।

अग्रभागी असलेला अग्नि तेथला मूळ असून दक्षिणेकडे असतो. हवनीय असा अग्निच्या वर्णाचे क्रमश: ब्राह्मण वर्णन करतात.

प्रातर्मध्यंदिन सायं काला उक्ता यथाक्रमम् । रज: सत्वं तमश्चैव गुणा उक्ता यथाक्रमम् ।।३२।।

प्रात:,मध्यदिन सायंकाळ असा क्रम सांगतात तो रज,सत्व,तम गुणांचा सांगितला जातो.

सृष्टि: स्थितिश्च संहार: क्रिया: प्रोक्ता यथाक्रमम् । उत्पत्तौ च स्थितो नाशे विनियोगा उदाहृता: ।।३३।।

जो सृष्टीचा स्थिती,संहार क्रिया क्रम सांगतात,तो उत्पत्ती स्थिती नाश ह्याचा क्रम आहे.

अग्ङुष्ठादिकनिष्ठान्तमङ्गुलीनां च संघिषु । क्रमाव्दर्णत्रयन्यास: कर्तव्य: सिद्धिमिच्छता ।।३४।।

अग्ङुलिषु च सर्वासु प्रणवन्यास ईरत: ।।३५।।

प्रणव उपासनेत अंगठा व बोटे ह्यांचा न्यास करतात (विविध-वेळी विविध-मुद्रा),ह्याचा उपयोग करून प्रणव करतात.

भूरग्नात्मन इत्यादिमन्त्राश्र्च क्रमशो व्दिजा:। विन्यस्तव्याश्र्च सिद्ध्यर्थभङ्गुलिषु व्दिजन्मना ।।३६।।

चमत्कारी मंत्रात त्या-त्याप्रमाणे क्रमश: ब्राह्मण न्यास करतात.सिद्धीप्राप्त करण्यासाठी पथदर्शित केलेल्या मार्गाने सुद्धा न्यासाचा उपयोग होतो पण हा मार्ग परत जन्मासाठी कारक होतो(सिद्धी मिळवण्याची वासना पुर्नजन्माला कारण)

क्रमाव्दर्णत्रन्यासो नाभौ हृदि च मूर्धनि । कर्तव्य: सर्वयत्नेन प्रणवेन तथैव च ।।३७।।

वर्ण तीन भागात विभागला गेल्यामुळे त्याचा त्या स्थानाचा न्यास करावा,सर्व प्रयत्नांनी प्रणव होण्यासाठी न्यास कर्तव्य पूर्वक करावा.

हृदयादिप्रदेशेषु क्रमेणैव व्दिजोत्तमा: । भूरग्न्यात्मन इत्यादिमंत्रणां न्यास ईरित: ।।३८।।

न्यासामुळे ब्राह्मण हृदयप्रदेशाकडे सहज क्रमण करतात,विस्मयकारक मंत्रांचा न्यास त्याचसाठी आहे.

एवं न्यस्य विधानेन ध्यात्वा साम्बं त्रियम्बकम् । जपेमन्त्रवरं भक्त्या लक्षाणां दशकं व्दिजा: ।।३९।।

अशा तऱ्हेने त्रंब्यक-शिवांचे ध्यान न्यास करून करावे, ब्राह्मण भक्तीने लक्ष-वेळा त्या मंत्राचा जप करतात.

तत: सिध्यति मन्त्रोऽयं सत्यमेव न संशय: । षट्कर्माणि प्रसिध्यन्ति तथैवाष्ट विभूतय: ।।४०।।

नि:संशय सत्यपणे मन्त्र सिद्धी देणारा आहे,षट्कर्मे (योगातील सहा साधना) व अष्ट मार्ग हे त्यासाठी प्रसिद्ध आहेत.

अपवर्ग: स्वत:सिद्ध: पापै: सर्वै: प्रमुच्यते । सर्वविद्द्यालयो भूत्वा यथेष्टं फलमाप्नुयात ।।४१।।

विरोधमार्ग नाहिसे होऊन सिद्धी मिळतात. सर्व विद्दया चांगले फळ प्राप्त झाल्याने कृतकृत्य होतात.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे प्रणवविचारविवरणं समाप्त:।।

।। गायत्रीविवरण ।।

सूत उवाच -

सावित्रीमथ वक्ष्यामि व्याहृत्या शिरसा सह । भुरादिव्याहृतीनां तु मुनय: परिकीर्तिता: ।।१।।

सर्व वाईटाचा नाश करणारे "सावित्री"मथ मी शिरापर्यंत (ओमिपी ज्योतीरिती शिर:) सांगतो, मुनिंमध्ये प्रसिद्ध व वेगाने फळ देणारे व्रत मुनींनी (सात ऋषी) सांगितले आहे.

अत्रिर्भृगुश्च कुत्सश्च वसिष्ठो गौतमस्तथा । कश्यपश्चग्डिराश्चेति क्रमेण मुनिपुग्ङवा: ।।२।।

अत्री,भृगु,कुत्स,वासिष्ठ,गौतम,कश्यप,पश्चग्ङ हा क्रम मुनिश्रेष्ठ सांगतात.

व्याहृतीनां क्रमेणैव छन्दांसि काथितानि तु । देवीगायत्रमद्दयं स्यादुण्षिहा तदनन्तरम् ।।३।।

प्रसिद्ध मुनींनी क्रमाने छंदाव्दारा सांगितले आहे,त्यानंतर त्याचा अर्क कथन केला आहे.

अनुष्टुब्बृहती पक्ङिस्त्रिष्टुप् च जगती तथा । अग्निर्वायुस्तथाऽर्कश्च वागीशो वरुणस्तथा ।।४।। इंद्रश्च विश्र्वेदेवाश्च क्रमेणैव तु देवता: । व्याहृतीनां तु सर्वत्र विनियोग: प्रकीर्तित: ।।५।।

अनुष्टुप पंक्तिनी जगात युक्त,तसेच अग्नि,वायु,बृहस्पती,वरुण,इंद्र,विश्र्वदेव ह्यांना क्रमश: आवाहन केले आहे.भूभूर्व: असा सर्वव्यापकपणा,अनुष्टुप पंक्तिनी हवन अशी प्रणव गायत्री शिरशासह,असा यज्ञकर्मासह प्राणायामाचा विनियोग ऋषींनी स्पष्ट केला आहे.

विश्र्वामित्रो मुनिश्छन्दो गायत्रं देवता रवि: । सावित्र्या वेदविच्छ्रेष्ठा: शिव एवाधिदेवता ।।६।।

विश्र्वामित्रानी छंदोबद्ध केलेल्या गायत्रीची देवता रवी(सुर्य) आहे, सावित्री वेदांनी प्रतिष्ठा दिलेली असून शिव हि त्याची देवता आहे.वर्तमान स्थितील जीवांना कर्मोपासना करण्यासाठी व सुर्यपदापर्यंत जाण्यासाठी हे योग्य आहे.परंतु अन्तःकरणात प्रेरणा देणारी देवता शिव आहे.

त्रिपदा सा तु सावित्री षड्भिर्वर्णैश्र्चतुष्पदा । जपे सा त्रिपदा ज्ञेया पूजायां सा चतुष्पदा ।।७।।

सावित्री त्रिपदी असून सहावर्णी चारपदात आहेत. त्याच्या जपाने त्रिपादाचे ज्ञान करून चारही पदांचे पूजन करावे,(सावित्री-तत्सवितुर्वरेण्यम्-त्रिपदी इति ऋग्वेद त्याचे चारअक्षररूप भाग-जे अष्टपद मार्गाने जाताना(साधना करताना) त्याचे सहावर्ण व चारपदे असे सांगतात.)

ओमापो ज्योतिरित्येतग्दायत्र्या: शिर उतमम् । ऋषिर्बृह्माऽस्य मंत्रस्य च्छन्दोऽनुष्टुप्प्रकीर्तीत:।।८।।
देवता परमात्मैव प्रोक्ता वेदार्थवेदिभि:। यथेष्टसाधने चास्य विनियोग उदाह्रत: ।।९।।

ओमेति (अकार) स्वरूप शिरातील ज्योतीरूपातून निघते,जेथे वैखरीचे सूक्ष्मरूप आहे,त्याचा ऋषी ब्रह्मा असे मानतात व मंत्रातील छंद अनुष्टुप प्रसिद्ध आहे.त्याची देवता परमात्मा असल्याचे वेदवेदांताचे म्हणणे आहे.योग्य साधन मार्गाने त्याचा उपयोग करावा.तेच आचार्य सांगतात.
आपोज्योती करताना रस व चंद्रतेज मुख्य आहे,असे जग रस-तेजात्मक आहे.त्या (रस-तेजात्मक) अमृताने महानातील-महान दोष जातात.हेच सत्यज्ञान लक्षण आहे.भूर्व: म्हणताना सोऽहं म्हणल्यासारखे आहे असेच वेदांना अभिप्रेत असून हेच त्यातील शिरस्य रहस्य आहे.

सावित्री त्रिपदा ज्ञेया षट्कुक्षि: पच्चशीर्षका । अग्निवर्णामुखा शुक्ला पुण्ङरीकदलेक्षणा ।।१०।।

सावित्री त्रिपदाने तेजस्वी मूर्ति पहावी,तसेच त्याच्या गर्भात लपलेले सहावर्ण व वरील-भागात पाच मातृका पायरी पायरीने जाणाव्यात.शुभ्र कमळांप्रमाणे असलेल्या त्याचे मुख अग्निवर्णाप्रमाणे आहे.

व्डृग्यजुसामरुपाश्र्च पादा अस्या: प्रकीर्तीता: । पूर्वा दिक्प्रथमा कुक्षिर्व्दितीया दक्षिणा मता ।।११।।
पश्र्चिमा दिक्तृतीया च चतुर्थो चोत्तरा मता। ऊर्ध्वा दिक्पच्चमी कुक्षि: षष्ठधो दिक्प्रकीर्तिता।।१२।।

खालील भागात असलेले त्याचसारखे (तेज) प्रसिद्ध असून,सावित्री (मंत्राच्या) हृदयात प्रथम पद ऋग्वेद,व्दितिय यजुर्वेद(दक्षिण-मत),तृतीय सामवेद(पश्चिम,उत्तर-मत)पद आहे, सावित्री शेवटी सहावर्णात विभागते असे मानतात.

अष्टादश पुराणांनि नाभिरस्या मुनीश्र्वरा:। जगच्छरीरं सावित्र्या आकाशमुदरान्तरम् ।।१३।।

सर्व नामरूप जगाची कल्पना सावित्रीत केली आहे त्यात पृथ्वीपासून आकाशापर्यंत भुतभौतिक तथा स्थुलशरीर कल्पिले आहे,नाभिकमळ हे त्या मायेचे स्थान,आठ पुराणरूपच आहे,आठदशा वेदांनी वर्णन केलेल्या आहेत.

स्तनौ छंन्दासि हृदयं धर्मशास्त्रकल्मषम् । बाहवो न्यायशास्त्रं तु कर्णौ सांख्यव्दयं तथा ।।१४।।

गायत्री छंदाच्या अंतरात(हृदय)(सप्तस्वर)धर्मशास्त्र प्रकट होते. धर्मशास्त्र मंत्रांनी युक्त आहे.व देव मानते तर सांख्य देव मानत नाही.हयाप्रकारचे न्यायशास्त्र कर्णाने ऐकावे.

शिक्षाद्द्यग्ङानि शीर्षाणि वक्त्रमग्निर्महाद्दयुति:।मीमांसा लक्षणं तस्याश्र्चेष्टा चाऽऽथर्वणी श्रुति:।।१५।।

शिक्षा(शिक्षण) दिवसात,पाच (पंचाग्नि) न्यास मुख्य होत,जे सावित्रीचे हृदयस्पर्शी न्यास आहेत.वेदिक शिक्षण व्याकरण,कल्प,निरुक्त,ज्योतिष असे पुढे जाते,नंतर मीमांसा,वेद ह्याचे ज्ञान येते धार्मिक शिक्षणाचा असा प्रवाह आहे.

ब्रह्मा मूर्धा शिखा रुद्रो विष्णुरात्मा प्रकीर्तित: । तस्या: सूक्ष्मशरीरं च शास्त्रं वेदान्तसंज्ञितम् ।।१६।।

ब्रह्मा-कपाळ (मुर्धा), शिरात रुद्र,तर विष्णु मन व जीवात्मा हृदयात विष्णुरूप असे वेदशास्त्रे ब्रह्म-जिज्ञासा ह्या सदरात सांगतात.जे सूक्ष्म शरीर समजले जाते.

अंतर्यामी शिव: साक्षात्साम्बश्र्चन्द्रार्धशेखर: । स्वशरीरे तु सावित्री विन्यसेक्षरक्रमात् ।।१७।।

स्व-शरीरात सावित्री मंत्रात सांगितलेला त्या त्या स्थानात न्यास करावा.व सर्व नामरूप,भोक्त-भोग्य जगाचे मूर्तिरूप अंर्तयामातील सांबसदाशिव-चन्द्रशेखर ह्यांचे आहे अशी कल्पना करावी.

पदाङ्गुष्ठे च गुल्फे च जग्ङे जानुप्रदेशके । उरूदेशे च गुह्ये च वृषणे च तथैव च ।।१८।।कटिप्रदेशे नभौ च जठरे स्तनयोर्ह्दि । कण्ठे च वदने तालौ नासिकायां च चक्षुषो: ।।१९।।भ्रुवोर्मध्ये ललाटे च पूर्ववक्त्रे तथैव च । दक्षिणे पश्चिमे चैव तथैव ब्रह्मणोत्तमा:। उत्तरे च तथा मूर्धि न्यास:सम्यक्पकीर्तित:।।२०।।

पायाच्या अंगठ्यापासून,जंघा,मांड्या,छाती,गुद,वृषण,कंबर,भृमध्ये,ललाट,सर्व दिशा,कपाळ येथे त्याशी अनुरूप न्यास करावा.

प्रथमश्र्चम्प्रकाकारो व्दितीय: श्याम एव हि । तृतीय: पिग्ङल: प्रोक्तो चतुर्थो मुनिसत्तमा:।।२१।। इन्द्रनीलसमप्रख्य: पश्र्चम: पावकप्रभ:। षष्ठो वन्हिप्रभस्तव्दत्सप्तमश्र्चाग्निवर्णक:।।२२।। विद्दयुव्दर्णनिभ: साक्षादष्टम: परिभाषित:। नवमस्तारकावर्णो दशम: कृष्णवर्णक: ।।२३।। तत्परो रक्तगौराभ: श्याममस्तत्परम: स्मृत: । शुक्लवर्ण: परो वर्ण: पीतवर्ण: पर: स्मृत: ।।२४।। शुक्लवर्ण: परो वर्ण: पद्मरागप्रभ: पर: ।।२५।। तत्पर: शशिसंकाश: पांण्डूर: परमो मत: । तत्परो रत्नगौराभ इन्द्रनीलसमोऽथ वा ।।२६।।गोरक्त सदृशश्र्चान्त्यस्तत्पर: सूर्यसंनिभ: । निलोत्पलदलप्रख्यो वर्णस्तत्परमस्तथा ।।२७।। शख्ङकुंन्देन्दुवर्णाभ: साक्षाव्दर्णस्तत: स्मृत: । तत्परो दीपसंकाश: क्रमाव्दर्णा: प्रकीर्तिता:।।२८।।

दहा वर्णक्रम पुढे सांगितला आहे व त्यानंतर मुळवर्ण व त्याचा निर्णायक प्रभाव सांगितला आहे, श्र्चम्प्रकाकर,श्याम, पिग्ङल,इंद्रनिल-पावक(इंद्रनिलासारखी-पावकप्रभा),वन्हि-अग्निवर्ण, तारक,कृष्ण,ह्यात मूळ रक्ताप्रमाणे तो श्याम,जो मूळ शुक्ल तो पीत, मूळ शुक्ल तो पद्मराग, मूळ चन्द्राकाशी तो फिकट पांढरा, मूळ रत्नासारखा तो इंद्रनील, मूळ रक्तवर्णी तो सूर्यासारखा, मूळ निल तो निळाच, शख्ङकुंन्द वर्ण हा सगळे वर्ण दाखवितो,आकाशातील (मुर्धा) दीप जणु वर्णक्रम दर्शक म्हणून प्रसिद्ध आहे.

केचिव्दर्णासस्तु सावित्र्या महापातकनाशना:। उपपातकपापानां वर्णा: केचन बाधका:।केचन क्षुद्रपापांना नाशका: स्युर्न संशय: ।।२९।।

सावित्र्या-अनेक वर्ण दर्शवितात,बऱ्याच महापातकाचानाश करणाऱ्या आहेत,त्या मानाने (महापेक्षा) कमीपातकाचा नाश करणारे काही वर्ण बाधक व लहान पापांचा नाश करणारे वर्ण संशय निर्माण करणारे आहेत,सावित्र्यानी पापांचा नाश केल्यावर वर्णांचे ज्ञान नाहिसे होते-पातकांचा नाश झाल्याचे ते द्दयोतक आहे. (वर्ण-त्रिविध ताप-पाताकांमुळेच आहेत.)

नान्नतोयसमं दानं न चाहिंसापरं तप: । न सावित्रीसमं जप्यं न व्याहृतिसमं ह्युतम् ।।३०।।

महापातकाचा नाश करणाऱ्या ह्या मंत्राचे दान,जप सर्वात उत्तम आहे व त्यासारखा मन्त्र ऐकिवात नाही.

यो नोऽस्माकं धियश्चित्तान्यर्यामिस्वरुपत: । प्रचोदयात्पेरयेच्च तस्य देवस्य सुव्रता: ।।३१।। दिप्तस्य सर्वजन्तुनां प्रत्यक्षस्य स्वभावत:। सुवितु: स्वात्मभूतं तु वेरण्यं सर्वजन्तुभि: ।।३२।। भजनीयं व्दिजा भर्गस्तेजश्चैतन्यलक्षणम् । तच्छव्ददवाच्यं सर्वज्ञं जगत्सर्गादिकारणम् ।।३३।। स्वमायाशक्तिसंभिन्नं शिवरुद्रादिसंज्ञितम् । नीलग्रीवं विरूपाक्षं साम्बमूर्त्युपलक्षितम् ।।३४।। आदित्यदेवतायास्तु प्रेरकं परमेश्र्वरम् ।।३५।। आदित्येनापरिज्ञातं वयं धीमह्युपास्महे । सावित्र्या: कथितो ह्र्यर्थ: संग्रहेण मयाऽऽदरात् ।।३६।।

सावित्रीतील (यो-ना) ह्यामंत्राच्या सहाय्याने अंतर्यामातील स्वरूप व (देवस्य-प्रचोदयात) त्याच्या देवतेची प्रचिती येते,(सुवितु)स्वा-त्मानं हित होते,सर्व सूक्ष्म जीव प्रत्यक्ष दिसू लागतात व त्यापासून रक्षण होते.(भर्ग) तसेच ब्राह्मणांनी त्याचे केलेले भजन,(सत्यज्ञान) तेज-चैतन्याचे लक्षण आहे,(भु-भूर्व-स्व:) तसेच जग-स्वर्ग ह्याचे सर्वज्ञान प्राप्त होते.अशी गायत्री प्रभावी आहे,(वरेण्य- स्थितीसंहार) शिवमायाशक्तिसह-रुद्र (सुर्यमंडलात स्थित) संज्ञा प्राप्त करतात, नीलग्रीवं विरूपाक्षं साम्बसदाशिव ह्याकडे लक्ष लागते.आदित्य ह्या मंत्राची देवता असून त्याचा प्रेरक परमेश्र्वर आहे.(धीम) ह्याने त्या आदित्याचे ज्ञान होते.(ध्यै-धातुतून धीम-तसेच छंद) सावित्री अर्थासह मनात समजून जप-करण्यासाठी सांगितली.

एवमर्थ गुरोर्लब्ध्वा दत्वा तस्मै च दक्षणाम् । चर्तुविशतिकं लक्षं जपेदव्यग्रत: सुधी: ।।३७।। ह्या मंत्राचा बोध गुरुकडून करून घ्यावा व त्याचा योग्य जप करावा.(चोवीस लक्ष-मनलाऊन-जप)

महापातकयुक्तोऽपि सिद्वमन्त्रो भवेव्द्विज:। आज्येन जुहहुयान्मन्त्री सहस्त्राणां चतुष्टयम् ।।३८।। विनीयोगानथानेन मन्त्रेणैव प्रसादयेत । स्नात्वा प्रातर्जपेन्नित्यं सहस्त्रं श्रद्वया सह ।।३९।। अपेक्षितार्थ सकलं लभते नात्र संशय: । हुत्वा तु खादिरं सभ्यग्घुताक्तं हव्यवाहने ।।४०।। राहूग्रस्ते रवौ विप्रा लभते धनमुत्तमम् । राहुसूर्यसमावप्तौ तर्पयेद्वास्करं जलै: ।।४१।। सर्वकामसमृद्धि: स्यान्नात्र कार्या विचारणा । करीषचूर्णतो हुत्वा सर्पिषा सह मानव: ।।४२।। गवां गोष्ठे सहस्त्रं तु बहुक्षीरां लभते गाम् । शाल्यास्तण्डुलहोमेन कन्यासिद्धिर्भविष्यति ।।४३।।शीलाबीजस्य होमेन प्रजामिष्टामवाप्नुयात् । सावित्र्या जलमादय जप्त्वा चाष्टसहस्रकम् ।।४४।। अभिषेकं व्दिज: कुर्याद्दु:स्वप्नादिनिवृत्तये । क्षीराहरो जपेल्लक्षमपमृत्युविनाशाने ।।४५।। धृताहारो जपेव्दिद्दयां लभते नात्र संशय: । नाभिमात्रे जले स्थित्वा जलेल्लक्षं समाहित:।।४६।। अकण्टकमसौ राज्यं लभते नात्र संशय: । पलाशपुष्पहोमेन महती श्रियमश्नुते ।।४७।। वेतसैर्जुहयादग्नौ वृष्टीं शीघ्रवान्पुयात । मधुहोमेन विपेन्द्रा राजानं वशमान्पुयात ।।४८।।पायसं मधुना हुत्वा स्त्रीवश्यं लभतेऽचिरात् । केवलं धृतहोमेन सर्वान्कामानप्नुयात् ।।४९।। अन्नस्य होमतश्र्चान्नं प्राप्नुयादचिरेण तु । पच्चगव्याशनो लक्षं जाप्त्वा जातिस्मरो भवेत ।।५०।। जानुमात्रे जले स्थित्वा जपेत्प्रत्यर्थिदिङ्मुख:। युद्बे विजयमान्पोति सहस्त्रं क्रोधसंयुत: ।।५१।।

महापातकांचा नाश होण्यासाठी ब्राहमण हा मन्त्र म्हणतात,चोवीस हजार मन्त्रजप रोज करावा,मन्त्र विनियोगाचे फळ देतो.स्नान झाल्यावर हा मन्त्र हजार-वेळा म्हणावा,होमहवानाने निश्र्चित फळ मिळते,सुर्यग्रहणात उत्तम फळ मिळते,ग्रहणानंतर जलात तर्पण करावे,जे काम करावयाचा विचार करावा ते नीट होते,सर्पांचा नयनाट होतो,गायगोठ्यात हजार जप केल्यास समुद्र-गमन शक्य होते.शिजवलेल्या भाताने होम केल्यास कन्या-सिद्धी प्राप्त होते.डोंगरावरील बिजाने होम केल्यास प्रजा मिष्ठान भोजन करते.सावित्रीचा हजारवेळा जप करावा,दुसरे-अभिषेक करावा,ज्याने वाईट स्वप्ने नाहिशी होतात.समुद्रात जप केल्यास मृत्यू येत नाही.ध्यान करून जप केल्यास ज्ञान मिळते.कंबरेपर्यंतच्या पाण्यात जप केल्यास,राज्य प्राप्ती विनासायास होते,फळेफुले ह्यांनी होम केल्यास संपन्नता येते,बांबूच्या काठ्यांनी होम केल्यास पाऊस लवकर पडतो,मध होमात असल्यास राजा वश

होतो.पायस(दुधात-भात) होमात असल्यास स्त्री-वश होते,फक्त भाताचा होम केल्यास सर्वकामना पुर्ण होतात,अन्नाचा होम केल्यास चिरायुष्य मिळते,पाच लाख जपाने आपल्या जातीचा उद्धार होतो,घोट्यापर्यंत पाण्यात जप करावा त्याने मूर्खसुद्धा शहाणा होतो,युद्धात जय मिळतो जणु हजारो क्रोध शान्त होतात.

अर्कस्य समिधो हुत्वा तीक्ष्णतैलेन सादरम् । सप्ताहान्मारयेच्छत्रुमृते विप्रं न संशय: ।।५२।।

समिधांचा अर्क गरम-तेलाबरोबर घातला तर एका आठवड्यात शत्रु मारला जातो ह्यात संशय नाही.

शत्रो: प्रतिकृर्ति भूमावालिख्याऽऽख्यां च त-द्धृदि।तस्माक्रम्य तु पादेन जपेच्छत्रुर्विनश्यति।।५३।।

हृदयात जशी मूर्ति (शत्रूची) त्या क्रमाने, जप केल्यास शत्रूचा नायनाट होतो.

सावित्री प्रतिलोभा स्यादभिचारेपु कर्मसु । मारेण वर्णश: शत्रोर्ब्रह्मास्त्रं प्रतिलोमत: ।।५४।।

सावित्री मंत्रावरील प्रेमाने तसेच कर्म आचरावे, वर्णश: ब्रह्मास्त्र जे केसासारखे सूक्ष्म आहे ते शत्रूचा नाश करते.

गुरुप्रसादतो ज्ञेयमनर्थकरमन्यथा । शान्तये जुहुयादग्नौ धृतेन पयसाऽपि वा । पच्चगव्येन वा हुत्वा तिलैर्वा शान्तिमाप्नुयात्।।५५।।

गुरूच्या कृपेने त्याचा अर्थ नीट समजून घ्यावा,त्याच्या प्रयोगानंतर ते शान्त करणे गरजेचे आहे.

आम्रपर्णस्य होमेन सर्वज्वरविनाशनम् । उदुम्बरभवाश्र्वत्थैर्गोगजाश्र्वामयक्षय: ।।५६।।

आम्रपर्णांच्या होमाने सर्वज्वर नाहिसे होतात,औदुम्बर सारख्या अश्र्वत्थ वृक्षाने गज अश्र्व ह्या सारखे रोग जातात.

पयसाऽऽज्येन वा हुत्वा शान्ति: सर्वचतुष्पदाम । शान्तये सर्वदोषाणां जानुमात्रे जले जपेत् ।।५७।।

पाण्याने शांती सर्व चष्तुपदाना मिळते,जर गुडघ्यापर्यंत पाण्यात जप केल्यास सर्व दोष शान्त होतात,

अभिमन्त्र्य सितं भस्म न्यसे-हूतादिशान्तये ।।५८।। बहुनोक्तेन किं विप्रा जपेनास्याश्र्च होमत: ।
अभीष्टं सर्वमाप्नोति नात्र संदेहकारणम् ।।५९।।

हा मन्त्र भस्म व दिशांचा-न्यास करून करावा,संन्याशांनी होमाच्या वेळी केल्यास सर्व मंगल आहे ते नि:संदेह प्राप्त होते.

ज्ञानेच्छां तत्पसादेन लभ्यते च व्दिजोत्तमा:। सावित्रीजपयज्ञेन ज्ञानयज्ञमवप्नुयात् ।।६०।।

ब्राह्मणाना ज्ञान प्राप्ती व सतत जपाने निर्मळ चित्त व शिवस्वरूप समजते तसेच साक्षात्कार होतो.यज्ञ,दान,तप ह्यातील विघ्ने संपतात.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे गायत्रीविवरण समाप्त:।।

।।हंस-विद्दया विवरण।।

श्रीसुत उवाच -

आत्ममन्त्रं प्रवक्ष्यामि समासेन न विस्तारत् । ॠषिर्ब्रह्माऽस्य गायत्रं छंद आत्मैव देवता ।

शांन्तान्तं शक्तिरस्योक्ता तदन्तं बीजमुच्यते ।।१।।

गायत्री जपाने जीवास जगाची अवस्था साक्षित्वाने कळते,तसेच परमात्मा स्वरूप कळते म्हणून त्यास आत्ममन्त्र म्हणतात. ह्यास रचणारा ॠषि ब्रह्मा असून छंद गायत्री असून देवता आत्मरूप आहे व वेळ दिवस आहे.

विद्दया शक्तिर्मवेव्दिजं शिव एव न चान्यथा । तेनायं परमो मन्त्र शिवशक्त्यातमक: स्मृत: ।।२।।

विद्दया शक्ति असून शक्ति शिवांसह आहे म्हणून हा मन्त्र शिवशक्तिरूप आहे.शकार,षकार, सकार:दुसरा पहिल्याच्या अंतस्थानी,तसाच तिसरा,सकार पर असून त्याच्या अंती हकार,ह-मंत्राचा बीजमन्त्र असा हा मन्त्र बिजामुळे वेगळा असून शिवशक्तीचे तादात्म्य असलेला आहे.ज्यात शिव निश्र्कल स्वरूप असून शक्ति-शब्दासाठी बीजमन्त्र आहे.शिव मायेने झाकले गेले असल्याचे ह्यात समजते.हकार-पुरुष(परमात्मा) व स-स्त्री(शक्ति), हंऽस स्वरूप जग आहे.

एतङ्दुव्द्धा जपेन्मन्त्रं बीजशक्त्यात्मना बुध: । ध्यायेत्साम्बं महादेवं संसारामयभेषजम् ।।३।।

बीजरूप शक्तिच्या मंत्राचा अशारितीने जप करावा व संसार सागर तरून जाण्यासाठी महादेवांचे ध्यान करावे,(सुवर्णरंगअसलेला-सुर्य,त्याप्रमाणे वर्ण कमळस्थित गौरीहर सोम्यअनुताप नियमित चिन्ह)

यस्तु व्दादशसाहस्त्रमिमं जपति नित्यश: । तस्य सर्वाणि पापानि विनश्यन्ति न संशय: ।।४।।

जर दोनहजार मंत्रांचा जप केला तर सर्व पापांचा नि:संशय नाश होतो.

अथवा प्राणसंचार: सकार: परिकीर्तित: । हकारोऽपानसंचारो देहे देहवतां सदा ।।५।।

हंस (सोऽहं) हकार व सकार ह्याने प्राणसंचार होतो.ज्याची प्रज्ञा मंद आहे मंत्राचा जप संस्कृतमध्ये केल्यावर व शक्तीच्या बीजाने,अंर्तअनुसंधानाने-मध्यमेने तालुत पुटशब्द होतो ज्याने दिव्य व्यापार सुरु होतो.प्राणात पराङ्मुख व अंर्तमुख असे प्राण आहेत.त्या प्राणवृतींच्या संबंधाचा मन्त्र आहे.त्याचा पराङ्मुख भाग ह-कार आहे,त्यामुळे हा मन्त्र प्राण-अपान(प्राणापान) संबंधाने स्व-देहात आहे.

एवं यस्तु विजानाति मन्त्रमाचार्यपूर्वकम् । सोऽजपन्नपि हंसाख्यं जपत्येव न संशय: ।।६।।

असा हा मन्त्र जो देहात सहज आहे तो आचार्य सांगतात सो म्हणले कि हं सहज येते,हा जप स्वतःहून प्राणाच्या गतीप्रमाणे म्हंटल्यास विद्दया प्राप्त होते असे आचार्य सांगतात.

ईद्दशीमजपां विद्दयामास्तिक्याद्गुरुभक्तित: ।।७।।

ह्याचा जप भक्ति व श्रद्धापूर्वक केल्यास विद्दया तसेच मुक्ति प्राप्त होते.

यो विजानाति पापानि बुद्धिपूर्वकृतनि च । तस्य नश्यन्ति सर्वाणि नात्र कार्या विचारणा ।।८।।

बुद्धिपूर्वक असा जप केल्यास ज्ञान व पापक्षय होतो,बाराहजार संख्या साधारण जपावी असे सांगतात.

अथवा जीवमन्त्रोऽयं जीवात्मप्रतिपादक: । अहंशब्दस्य रूढोत्वाल्लोके जीवत्मवस्तुनि ।

शक्तिमन्त्र: सकाराख्य: परमेश्र्वरवाचक: ।।९।।

हा जीवाची जागृतावस्था दाखवितो,अहं शब्द रूढपणे जीवात्मा दर्शवितो. सकार शक्तिमन्त्ररूप असून परमेश्र्वर वाचक आहे,मंत्राचा पूर्वभाग जीवाची जागृतावस्था दाखवितो मंत्राच्या संस्कृत श्रवणमननाने चित्ताचा विशेष अधिकार प्राप्त होतो ज्याने विशेष वकृत्व प्राप्त होते.मंत्राचा पूर्वभाग जीवरूप तसेच शक्तिरूप दर्शवितो,सर्वशक्ति-जगउत्पत्ति,स्थिती,लयकारण परमेश्र्वर तत्व असा अर्थ होय.

प्रकृतार्थे प्रसिद्धत्वात्प्रसिद्ध: परमेश्र्वर: ।।१०।। महदाद्दयणुपर्यन्तं जगत्सर्व चराचरम् । जायते वर्तते चैव लीयते परमेश्र्वरे ।।११।।

परमेश्र्वर ज्याने प्रकट होतो ती प्रकृती सा म्हणजे सर्वशक्ति-जगउत्पत्ति,स्थिती,लयकारण परमेश्र्वर,जीव भुते(पंच) जातात तिकडे जातो त्यास स्व-आकाशाकडे नेणे ह्यासाठी हा मन्त्र विशेष,तसेच प्रपंच कार्यातील परमेश्र्वराचा शब्द होय.अणुपासून-महदापर्यंत सर्व चराचरात परमेश्र्वर आहे.त्याच्या इच्छेनेच सर्व कार्य होते.

संसारित्वेन भातोऽहं स एव परमेश्र्वर: । सोऽहमेव न संदेह: स्वानुभूतिप्रमाणत: ।।१२।। हंसयो: शबलं हित्वा पदयो: सव्दितीययो: । पूर्णोऽहमेवं जानीयाव्दोघत्रस्वभावत: ।।१३।।

सोहं म्हणजे नि:संदेह स्वानुभुति तसेच संसारातील परमेश्र्वर भावना होय,हंस शबलता दाखविते तसेच पुर्णस्वरुपाची आस नैसर्गिक होय. संसार म्हणजे पदार्थ,पाचही भुतांच्या एक-दुसऱ्याशी निगडीत गोष्टी.ज्या जीवांच्या भ्रांतीचे स्वरूप आहे व परमेश्र्वराशी तादात्म्य,अहं हा मलीन शुद्ध सत्वगुण(माया)

दर्शवितो,जे जन्ममरणादिक आहे.त्याविरुद्ध त्याग दाखविते.जीवाच्या वर्तमान स्वरुपाची निवृत्ति आत्मरूप दर्शविते असे परस्परविरोधी रूप हंऽस मंत्राने दिसते.अहं हे ब्रह्मापासून वेगळे होणे आहे,तर सोऽहं तादात्म्य होय.

श्रुतिरप्येवमेवाऽऽह परमार्थप्रकाशिनी । सत्यसंपूर्णविज्ञानसुखरूपो महेश्वर: ।।१४।।

श्रुति परमार्थाचे दर्शन घडवितात,महेश्वर हे संपूर्ण सत्य-पुर्णविज्ञान रूप आहेत.तत्वमसी,अहं ब्रह्मास्मि असा श्रुति परमार्थप्रकाश दाखवितात,जीवाचे निरुपाधिक रूप हे पुर्ण-सत्य आहे.स्थूल नसलेले र्हस्व-दीर्घ,शब्द,स्पर्श,रूपाचा अव्यय हे ऐकणे हे शिवस्वरूप आहे.चंद्राच्या कला वा इतर कल्पना ह्या स्वरूपाशी एकरुपतेच्या हेतूने केल्या आहेत.जड व दु:खरूप हे शिवस्वरूपाकडे जाण्यास बाधा आहेत.नेती नेती म्हणताना अनेक रूपे सांगितली आहेत,श्रुति सत्यज्ञानरूप दर्शवितात,मिथ्या ज्ञान हेच स्वरूपाकडे जाण्यास बाधा आहे.

अहं चाव्यभिचारित्वात्सत्सभावो न संशय: । अहमव्यभिचार्येव साक्षात्वाव्द्भिचारिणांम् ।।१५।।

अहं भावाने चैतन्यरूप सोडून दुसरेच दिसते हाच व्यभिचार होय, हेतुमुळे अहं व्यभिचारित्वा: अशी स्थिती येते.ज्याने स्वरूप जाऊन साक्षित्व येते.अनेक घटात हा प्रकार झाल्याने भेदाभेद होतो.जणु आत्म्याला सुषुप्तीत जागृत स्वप्न पडले,तुर्येतील जागृत स्वप्न सुषुप्तीत व्याभिचारित्व,ह्या सद्रूप अवस्थेस चिद्रूप म्हणतात,घटात जसा विचार तसे ज्ञान तव्दत साक्षीचैतन्य ज्ञानविषयात त्या विषयाचे ज्ञान म्हणून व्यापते,अशा सर्व वस्तू साक्षीचैतन्याचा विषय होतात.किंवा दृष्टीची दृष्टी विपरीत दिसते.परंतु विवेकाने हे सर्व ओळखून खरे ज्ञान मिळवावे,बाकीचे चित्ताचे ज्ञान फोल होय.

ज्ञातमज्ञानमप्यर्थ सदाऽहं वेद केवल: । सोऽर्थो मां न विजानाति ततोऽविच्छिन्नचेतन: ।।१६।।

शुध्द ज्ञान मिळविण्यासाठी फक्त वेद हेच योग्य होत,ज्यात अशी घटानुरूप ज्ञानाची “ततोऽविच्छिन्नचेतन” प्रवृती नाही.

चित्तोऽन्यशेषताभावच्चितोऽचिच्छेषता न हि । शरावादिपदार्थांनां चेतनतवप्रसक्तित: ।।१७।।

अव्यभिचारीसाक्षीरूप हेच व्यभिचारीशेष(वेगळेपण)रूप होय,ज्याचा प्रभाव चित्तावर पडून चित्त जड विषयांकडे जाते,जसे प्रथम द्रव्यअभिलाषा साक्षीरूप आहे नंतर वासना चित्ताने जडात प्रवेश करते.

चिच्छेषत्वं न चास्त्त्येव चितश्चिन्न हि भिद्दयते। भिद्द्यते चेदचिच्चित्स्याच्चितोऽचित्वं विरुध्यते ।।१८।।

शेष (साक्षी) भाव हाच खरा भिन्नत्वास कारणीभुत आहे,असा पारमार्थिक भेद आहे,जडत्वाने चित्ताचा चित्तभेद (चित्ताचे आणखी भेदव्त्व) “च्चितोऽचित्वं विरुध्यते”

तथा चिच्चेतनस्यापि न शेषत्वमवाप्नुयात् । शेषत्वे सति तत्सिद्धिस्तत्सिद्धो शेषता चित: ।।१९।।

मी जाणतो, अशी भावना जे शेषरूप आहे,सत्यात चित्तास शेषरूप नाही,जे फक्त निरूपणासाठी आहे.खरे तर चिद्रूप-साक्षी हे वर उल्लेखलेले स्वरूप आहे.सिद्धी असल्याचा भाव असाच आहे,जो चित्तात आहे असे म्हणतात.

अतोऽन्यशेषता लोके चितो भ्रान्त्यां प्रतीयते । सुखस्वभाव एवाहं सदा प्रेमास्पदत्वत: ।।२०।।

मी जाणणारा आहे ह्या सारख्या भावना हि भ्रांती जीवास आहे,जे चित्ताचे शेषत्व आहे,असे जीवाचे चिद्रूपरूप-आनंदरूप हा सुखस्वभाव होय,नेहमी भुतभविष्यवर्तमानकाळाच्या प्रेमात असलेला जीव,कामरूप प्रेमात असतो.तसेच आप्तेष्ट व इतरांच्या प्रेमात असतो व सोऽहं मंत्राचा जप सुरु ठेवतो.अश्या भ्रामक कल्पनांत व प्रेमात गुरफटलेला जीव आहे.

असुखस्य न हि प्रेमास्पदत्वं परिद्दश्यते । नाहमन्यस्य शेषो हि शेषी सर्वस्य सर्वदा ।।२१।।

मी(अहंकार) सारख्या शेष-चिद्रूप कल्पना करणारा जीव सुखासाठी सुखसाधने शोधतो जी वस्तुत: दु:खमय आहेत.त्याच्यातील आसक्ती (प्रेम-भावना) व आनंद असतो,हिच अहमन्यता होय.

पूर्णोऽहं सर्वसाक्षित्कात्सर्वदा परमार्थत: । अपूर्णो युगपत्सर्वं न विजानाति कश्र्चन ।।२२।।

साक्षीचैतन्याचे अविच्छिन्न(सर्वव्यापक) स्वरूप परमार्थ होय,काळानुरूप (युग) सर्व गोष्टींचे ज्ञान काही असणे व काही नसणे हे साक्षीरूपाचे अपूर्णत्व दिसते.

संसारवर्जित: साक्षात्सर्वदा परमेश्र्वर: । अहं संसारसाक्षित्वात्तथा संसारवर्जित ।।२३।।

अहं असा साक्षीभाव नसलेला व विशुद्ध सत्वगुणात्मक उपाधी सुद्धा नसलेला ज्ञानवैराग्य संपन्न असा परमेश्र्वर आहे.जो स्वमाया हा संसार आहे असे मिथ्यत्व जाणणारा म्हणून असंग आहे.जीव हा परमेश्र्वरच आहे पण संसारात साक्षीरूपाने गुरफटून भेद पावला आहे. संसारातील जय-पराजयाचा साक्षीरूप आहे तो पुरुष असे समजतात.जो अंतःकरणातील अभिमान होय.

एवं वाक्यानुसारिण्या युक्ताssचार्यपुर:सरम् । अहं स सोsहमेवेति विजानीयाव्दिचक्षण: ।।२४।।

तत्वमसी वाक्य ह्याच हं (सोsहं) चा विचार आहे जे जीवात्मा स्वरूप आचार्य सांगतात,स्वस्वरूप पाहण्याची जिज्ञासा उत्पन्न होते हे ह्याचे व्दिज लक्षण आहे.किंवा ब्रह्म हा त्यातील लपलेला भाग आहे.

य एवमात्ममन्त्रेण जीवात्मपरमात्मनो: । पारमार्थिकमेकत्वं सुदृढं परिपश्यति । स एव ब्रह्मविन्मुख्यो नेतरोsज्ञानमोहित: ।।२५।।

तत्वमसी रूप (जीव-शिव) दर्शन आहे पण कल्पना रहित व भावना रहित ज्ञान हे जीव-परमात्मा ऐक्य स्वरूप आहे.ह्यात नुसते ज्ञान (वेदांचे) उपयोगी नसून साक्षात्कार अवस्था हिच श्रेष्ठ आहे.ज्ञान(वा इतर) मार्गाने फक्त (त्याकडे-जाणारी) हि अवस्था सुदृढ होते.त्यासाठी मला वेदांचे वा इतर ज्ञान आहे ह्याने मोहित(भ्रमित) होणे योग्य नाही.

एवं भूतं परिज्ञानं यस्य जातं यदा भुवि । तदैव तस्य संसारविनाशो नास्ति संशय: ।।२६।।

साक्षात्कार झाल्यानंतर मागे मिळवलेले ज्ञान फोल आहे,मनाने निर्माण झालेले च्छिन्नचैतन्य (साक्षीचैतन्य) नाहिसे होते,देश,काल,स्वर्गादि फळे ह्याची गरज मुक्तिसाठी लागत नाही.असा संसार नाहीसा होतो.ज्याने कर्म राहत नाही,प्राण व त्याची ऊर्ध्व स्थिती (उत्क्रांत) ह्याची आवश्यकता संपते.

हंसविद्दयामविज्ञाय मुकतौ यत्नं करोति य: । स नभोभक्षणैनैव क्षुन्निवृर्त्ति करिष्यति ।।२७।।

हंsस विद्येचा अशारितीने मुक्तिसाठी उपयोग करावा, वृत्ती जशी जशी शुन्य होईल तसतसे वायुभक्षण कमी कमी होते.

हंसविद्दया परा चैषा परमन्तप्रेभेदिनी । सर्वेश्र्वर्यप्रदा सर्वदेवतातृप्तिकारिणी ।।२८।।

असा हा मन्त्र सर्व ऐश्र्वर्य प्रदान करणारा आहे,तसेच मुमुक्षूंसाठी मुक्तिदायक व शत्रुपासून रक्षण करणारा आहे.

अस्याश्र्च जपमात्रेन दीर्घायुष्यमवाप्नुयात् । आरोग्यं विजयं विद्दयामवान्पोति न संशय: ।।२९।।

प्राणअपान सुदृढ होऊन दीर्घायुष्य आरोग्यं विजयं विद्दया देणारा आहे ह्यात संशय नाही.

बहुनोक्तेन किं विद्दया हंसाख्या सर्वकामदा । हंसहंसेति यो ब्रुयात्सर्वदा शिव एव स: ।।३०।।

प्रत्यक्ष शिवसुद्धा ह्या मंत्राचा उपयोग करतात हा मन्त्र सर्व कामना पुर्ण करणारा आहे.

शिवेन विष्णुना चैव ब्रह्मणा सर्वदैवते: । आद्दता हंसविद्दयेयमचिरादेव सिद्धिदा ।।३१।।

ह्या मुळ मंत्राने ब्रह्माविष्णुशिव ह्यांनी मुक्ति व अनेक सिद्धी प्राप्त केल्या आहेत. हा मन्त्र शीघ्र फळ देणारा आहे.

रेचकं पूरकं मुक्त्वा कुम्भके सुस्थित: सुधि: । नाभिकंदे समौ कृत्वा प्राणापानौ समाहित: ।।३२।।
मस्तकस्थामृतस्यन्दं पीत्वा ध्यानेन सादरम् । दीपकारं महादेवं ज्वलंत नाभिमध्यमे ।।३३।।
अभिषिच्यामृतेनैव हंसहंसेति यो जपेत् । जरामरणरोगादि न तस्य भुवि विद्दयते ।।३४।।

सुषुन्मा नाडीतुन प्राण नाभिकमळात (मध्यात) जातात तेव्हा प्राणअपान संधि होते,रेचक पूरक संपून कुंभक राहतो,सूषुन्मा हे आकाशाकडे (कवाड-मोठे) जाणारे व्दार आहे,जे ब्रह्मरंध्राकडे जाते.हि नाडी(दक्षिण-वाम–पिंगळेजवळ) मध्ये आहे (इडा-पिंगळेच्या मधोमध) व मूलाधार नाम चक्रात आहे असे

म्हणतात.ब्रह्मव्दार उघडल्याने रेचकाचा वायु मध्यमेत शिरतो. (सुषुन्मा),ज्याने कुंभक सुदृढ होतो,प्राण ब्रह्मव्दारातुन नाभिमार्गे नासिककडे जातो जेथे आज्ञाचक्र (दोन पाकळ्यांचे) दोन (शब्द) अंगुळे दूर आहे सूषुन्मेतील प्राण मुर्धेचा भेद करतो व व मुलाधारापासून बारा(शब्द)अंगुळे दूर असलेल्या चन्द्रमंडलातुन अमृताचा देहात (बरेच दिवस मृतमय-असलेल्यात-) सुरु होतो.ज्याने हृदयकमळांतील दीप प्रकाशमान होतो.तसेच नाभिचक्रातील जठराग्नीचा शिवरुपी दीप भेद करतो,शिवरुपी महादीप (अग्नि) विश्र्वाचे मुख आहे,ज्याचा ताप(प्रभाव) पायापासून मस्तकापर्यंत आहे.तोच अग्नि नाभीत,जठराग्नी आहे,त्याचे तेज विद्युलत्तेसारखे आहे असा परमात्मा मस्तकात स्थित आहे,असा हा हंस मन्त्र अमृत वर्षाव करणारा,हा मुर्धेतील अग्नि सर्व भवताप(मनबुद्धि ह्यांचे क्लेश) दूर करणारा आहे तसेच दारिद्र्य,दुर्भाग्य,वाईट ह्याचा नाश करणारा व जरामरण दूर करणारा आहे.

एवं दिने दिने कुर्यादणिमादिविभूतये । ईश्र्वरत्वमवान्पोति सदाऽभ्यासतर: पुमान् ।।३५।।

दिवसागणिक पर्यंत वाढवून विभूतींच्या जवळ जावे,सतत अभ्यासाने ईश्र्वर प्राप्ती होते.

बहवोऽनेन मार्गेण प्राप्ता नित्यत्वमास्तिका: । हंसविद्दयामृते लोके नास्ति नित्यत्वसाधनम् ।।३६।।

नित्यत्व(सततपणा) प्राप्त करण्यासाठी बहुविध साधनांचा उपयोग करावा,फक्त हंसविद्दयेने नित्यत्व येत नाही.

यो ददाति महाविद्दयां हंसाख्यां पारमेश्र्वरीम् । तस्य दास्यं सदा कुर्याच्छ्रद्धया परया सह ।।३७।।

गुरूच्या सेवेने हंसविद्दयेसारख्या महाविद्दयेचे फळ प्राप्त होते.श्रद्धेने गुरुभक्तीने हे शक्य होते.

शुभं वाऽशुभमन्यव्दा यदुक्तं गुरुणा भुवि । तत्कुर्यादविचारेण शिष्य: सन्तोषसंयुत: ।।३८।।

गुरुवाक्य नेहमी शुभकारक असते,ज्याने शिष्यास संतोष होतो.ह्यात ब्रह्माविषयीचे ज्ञान अंतःकरणात प्रवेश करते.

हंसविद्दयामिमां लब्ध्वा गुरो: शुश्रुषया नर: । आत्मानमात्मना साक्षाद्दह्य बुव्द्धा सुनिश्र्चल: ।।३९।।

देहजात्यादिसंबंन्धान्वर्णाश्रमसमन्वितान् ।।४०।।

हंसविद्दया प्राप्त असलेल्या गुरूची सेवा करावी,हयात आत्मज्ञान होऊन मनुष्य (बुद्धि) स्थिर होतो.

देहजातीसंबंधाचा विचार केला तर (ब्राहमणास) ब्राहमणपद प्राप्त होते.

वेदशात्राणि चान्यानि पादपांसुमिव त्यजेत् । न गुरुं संत्यजेन्नित्यं जानन्नस्य कृतं नर: ।।४१।।

फक्त वेदशास्त्रे वाचून सर्वसंगपरित्याग केल्यास व गुरु दृष्टी नसल्यास उपयोग होत नाही,तो त्याग गुरुकृपेने फळ देतो.

गुरुभक्ति सदा कुर्याच्छ्रेयसे भूयसे नर: । गुरुदेव शिवस्तस्य नान्य इत्यब्रवीच्छ्रुति: ।।४२।।

म्हणून नेहमी गुरुभक्ती करावी व इतर गुरुंपेक्षा शिव हयांनाच गुरु समजावे.

श्रुत्या यदुक्तं परमार्थभेतन्न संशयोऽन्यच्च तत: समस्तम् । श्रुत्याऽविरोधे च भवेत्पमाणं नो चेदनर्थाय न च प्रमाणम् ।।४३।।

श्रुतिच्या मार्गाने चालल्यास नि:संशय परमार्थमार्ग सापडतो,त्या विरुद्ध (अर्थहीन) वर्तनाने मार्ग सापडल्याचे काही प्रमाण नाही.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे हंसविद्दयाविवरण समाप्त:।।

।। षडक्षरविचार ।।

सुत उवाच – सुत म्हणाले

षडक्षरं प्रवक्ष्यामि समासेन सुशोभनम् । येन संसारविच्छिक्तिर्ब्रहमेन्द्रादिविभूतय: ।।१।।

जसा शिवभक्ति हा मुक्तीचा मार्ग आहे तसाच आता सांगितला जाणारा षडाक्षरमिति हा मन्त्र आहे ज्याने ब्रहमपद प्राप्ती होते.

ऋृषिर्ब्रह्माऽस्य मन्त्रस्य गायत्रं छन्द उच्यते । देवताऽस्य शिव: साक्षात्सत्यज्ञानसुखाव्दय: ।।२।।

ऋृषीब्रह्मा ह्यांचा जसा गायत्री छन्द मन्त्र तसाच देवतांचा शिवमन्त्र ज्याने साक्षात सत्यज्ञानसुख प्राप्त होते.

शक्तिर्माहेश्र्वरी सा च भुवनेशाक्षरं भवेत् । बीजं मायाविशिष्टस्तु शिव: पूर्वोक्तलक्षण: ।।३।। सोऽपि तच्छब्द एव स्यान्न्यास: पच्चाक्षरै: क्रमात् । अग्ङ्ष्ठादिकनिष्ठान्तं विन्यसेदक्षरं क्रमात् ।।४।। मस्तके च ललाटे च हृदि नभौ पदव्दये । पुन: पच्चाक्षरेणैव पच्चाग्ङं विन्यसेक्रमात् ।।५।।

मायाविशिष्ट त्याचे बीज असून लक्षणाने शिवमन्त्र आहे ज्याची शक्ति महेश्र्वरी असून त्याचे अक्षर भुवन आहे, ह्या मंत्रात सन् असे बीज भेदासाठी आहे व मन्त्र शिवशब्दरूप असून हा मन्त्र प्रणवासहित (देहातील अंगुष्ठापासुन क्रमाने) पंच्चाक्षरानी पदन्यासासहित म्हणावा.ह्यात नेत्र वर्ज करावे व हृदयासहित(मस्तक,ललाट,नाभि) न्यासाने म्हणावा व त्याचे आवर्तन करावे.

प्रणवं प्रथमं विद्दयात् व्दितीयं तु नकारकम् । मकारं तत्परं विद्दयाच्छिकारं तु तत: परम् ।।६।। वकारं पंच्चमं विद्दयाद्दयकारं षष्ठमेव च । इत्थं षडक्षरं विद्दयाज्ज्राबालोपनिषग्दतम् ।।७।।

त्याचा क्रम प्रणव,नकार,मकार,छकार(विद्या),वकार,यकार(विद्या) असा आहे.असा क्रम जाबालांना (उपनिषद) मान्य आहे.ह्याने अमृत प्राप्ती व मृत्युजय होतो असे मानतात.हा मन्त्र “नम:शिवाय” ह्याच्या सारखा आहे असे म्हणतात.

मन्त्र: साग्ङ्: सामाख्य्तो मन्त्रार्थ: कथ्यतेऽधुना । सत्यज्ञानपरानन्दस्वरूपस्य शिवस्य तु ।।८।।

असा हा संपूर्ण मन्त्र गुरुंनी सांगितला आहे जो सत्यज्ञान देणारा आनंदरूप शिवरूप आहे.

असंपृक्त्या शिवस्यामं शिवशब्दस्तु वाचक: । नम:शब्दो नमस्कारवाचक: परिकीर्तित: ।।९।।

सत्यज्ञान म्हणजे शिवस्वरूप जे मन पाहण्याचा प्रयत्न करते,त्या शिवस्वरूपाशी त्याचा संपर्क होत नाही,पण त्यास्वरूपाशी संबंधित शब्द नम: आहे.

प्रह्रतालक्षण: प्रोक्तो नमस्कार: पुरातनै । प्रहता नाम जीवस्य शिवात्सत्यादिलक्षणात् ।।१०।। भेदेन भासमानस्य मायया न स्वरूपत: । संबंन्ध एव तेनैव सोऽपि तादात्म्यलक्षण: ।।११।।

"णम" शब्द नमस्कार दर्शवितो,जेव्हा जीव स्वरूप असते तेव्हा शिवस्वरूप सत्यरूप असते "न-मी" ह्यासाठी नमस्कार आहे,भेदरूप मायेने स्वस्वरूप दिसत नाही.तादात्म्य हे सो भाव दर्शविते.

नित्यसिद्ध: शिव: साक्षात्स्वरूप: सर्वदेहिनाम् । तस्माब्दुभुत्सोर्जीवस्य नापोदेयं हितं सदा ।।१२।।

नित्यसिद्ध साक्षात स्वरूप सर्वांच्या देहात आहे,जे जीवांचे हित पाहाते.जीवाचे खंण्डीकरणामुळे तादात्म्य नाहिसे झाले आहे ते परत होण्यासाठी मन्त्र आहे(प्रणव,सोऽहं,इत्यादि) प्रणवात सकार,हकार ह्यांचा लोप होतो,जीवाची शिवस्वरुपाची जिज्ञासा हिच त्याच्या हितास कारण आहे.शिवस्वरूपापेक्षा रिक्त जागा माया होय,त्याच्या (द्रृश्य संसाराचा) निषेध नकार दर्शवितो.

न हेयमहितं तव्दव्दस्तुतो न प्रतीतित: । एवं विद्दयान्नकरार्थ मकारार्थ उदीर्यते ।।१३।।

स्वस्वरूपासारखी दुसरी वस्तू प्रतीत होत नाही म्हणून नकारानंतर विद्द्येसाठी मकार आहे.

मकारो ममशब्दार्थो लुप्तस्त्वेको मकारका: । व्यावहारिकद्दष्ट्याऽयं नमस्कार: प्रकीर्त्यते ।।१४।। तस्माच्चतुर्थीशब्दस्तु प्रोच्यते न हि वस्तुत: । ओक्ङारशब्द: सर्वार्थवाचक: परिकीर्तित: ।।१५।।

मकार शब्दाचा लोप च्छंदात होतो म्हणजे मकाराचा लोप मकारातच होतो.व्यावहारिक दृष्ट्या नमस्कार प्रसिद्ध आहे जो नम: शब्दाच्या सारखाच आहे.प्रणवाने द्रृश्यप्रपंच लक्षणे सर्वार्थाने असणारा ॐकार शब्द आहे.नम:"स्वस्तिस्वाहा",शिवशब्दाची चतुर्थी मुक्ति आहे.असा व्यावहारिक अर्थ आहे शब्दश: नाही.

प्रयोगादेव सर्वत्र सर्वार्थ: शिव एव हि । तस्माच्छिवस्य पूर्णस्य प्रणवो वाचक: स्मृत: ।।१६।।

ज्ञान मिळविण्यासाठी ज्ञान हाच प्रयोग असून सर्वत्र शिव हे पदार्थासाठी सांगितले आहे आत्मस्वरुपाची कल्पना करणे हि इच्छाभोग्य वस्तूची कल्पना आहे जी प्रपंचात्मक आहे,खरे पाहता शिवस्वरूप

स्वप्रतिष्ठित आहे,पण कल्पनेने ते सर्ववस्तुभासक वाटते,प्रणव हा तसाच परिपूर्ण आहे वाचक मात्र ती कल्पनाच पाहतो.

वाच्यवाचकभावश्र्च लक्ष्यलक्षणताऽपि च । अन्योनताऽपि नास्त्येव परमार्थनिरुपणे ।।१७।। अभावादेव सर्वस्य शिवादन्यस्य सर्वदा । आस्ति नास्ति मृषा भाति न भातीत्यादि मायया ।।१८।। कल्पितं चित्सुखानन्तपरमात्मशिवात्मनि । मायातत्कार्यप्यस्माच्छिवात्सत्यादिलक्षणात् । प्रत्यक्षसिद्धान्नास्त्येव परमार्थनिरुपणे ।।१९।। अथ किं बहुनोक्तेन शिवादन्यन्न विद्दयते ।।२०।।

वाचकाचा भाव हा सगळ्याचा मुख्य धागा आहे ज्यात अनोन्यता परमार्थ निरुपणात सांगितलेली नसते,अर्थात आनंदरूप शिवांचा आभाव असतो,शिवभावात-असणे,नसणे जाणे,ह्यापैकी मायेचा भाव असतो.मनाने कल्पिलेले प्रणव स्वरूप हे सुद्धा व्यावहारिक दृष्ट्या परमार्थ नाही.सुखमय अशी परमात्मा-शिवाची चित्त कल्पना हे मायाकार्याचे लक्षण दर्शविते.प्रत्यक्ष सिद्धांची परमार्थ निरुपणे ह्यात शिवस्वरूपाच्या सुखाची गोडी कळते,ज्यात शिवांचा गोडवा सांगितला जातो, ज्यात (स्वरूपाचा-निरूपणाचा) गोडवा कधीही कमी होत नाही,इतरांचा फक्त वाचाळपणा आहे.

शिवस्वरूपमेवाऽऽहुरिदं सर्व विचक्षणा: । सर्वस्वरूपममज्ञानद्दृश्यते न तु वस्तुत: ।।२१।।

शिवस्वरूप सगळीकडे आहे असे म्हणतात,प्रत्यक्षात कल्पना-माया मिथ्या आहे व फक्त स्वरूपच सत्य व सर्वव्याप्त आहे,ज्याने स्वरूपावरील माया कल्पना हि मिथ्या आहे असे लक्षात येईल,अर्थात कार्य-कारण-कार्यचेतना हे अस्तित्वात नाही.फक्त समजुतीसाठी असे म्हणतात.

एष एव हि मन्त्रार्थ: सत्यं सत्यं न चान्यथा । वेदा: सर्वे पुराणांनि स्मृतयो भारतं तथा ।।२२।। अन्यान्यपि च शस्त्राणि तथा तर्काश्र्च सर्वश: । शैवगमाश्र्च विविधा आगमा वैष्णवा अपि ।।२३।। अन्यागमाश्र्च विदुषामनुभुतिस्तथैव च । अस्मिन्नर्थे स्वसंवेद्दये पर्यवस्यन्ति नान्यथा ।।२४।।

वेद पुराणात स्मृतित, अनेक मन्त्र आहेत जे कल्पनारूप असून मिथ्या मायेतील आहेत.सर्व ठिकाणी शक्तिरूप सांगितले आहे असे लक्षात येईल,पुरुषरूप हे आत्मरूप आहे,म्हणून स्वरूपापर्यंत हा प्रपंच असून त्यापुढे हि फक्त एक कल्पना-प्रतिभा आहे,सर्व ग्रंथ शेवटी तादात्म्यरूपाचे सत्यत्व

सांगतात.भावना स्वरूप हे शक्तिरूप दर्शन आहे,स्वरुपात कुठलाच भाव नाही.जीवाचे संसारात असणे हे सुद्धा भेदामुळेच आहे व मिथ्या आहे.जीव संसारिक सुखाला व ऐश्वर्याला जे सुख समजतात ते दु:खमय आहे असे शास्त्र सांगते.मुक्ति हि गुणात्मक नसून निर्विकल्प-निर्गुण आहे,विज्ञान-क्षणिक ज्ञान, हे आत्मस्वरूप वर्णन करते ते मिथ्या आहे,जे फक्त त्याची प्राथमिक अवस्था असू शकते.कर्म,भोग इत्यादि वर्णन मायेतील आहे.काहीजण नास्तिकता वा नकार सांगतात त्याने फक्त भावना शून्यत्व द्दढ होते,त्यासाठी स्वरूपाकडे जाण्यास वेदमार्गच योग्य आहे.शास्त्रे विविध आहेत त्यात तर्क,शिवआगम,विष्णुआगम,अन्य आगम शास्त्रे,मनुशास्त्र,त्याने स्वसंवेद्दय स्वरूप कळणे कठीण आहे,

बाध्यबाधकतां यान्ति व्यवहारे परस्परम् । समुद्र एव कल्लोला इति वेदार्थसंग्रह: ।।२५।।

काहीजण त्याप्रकृती बद्दल सहा भूत-पदार्थांची उपमा-प्रमाण देतात.तर काहीजण सहाद्रव्य पदार्थांचे गुण आहेत असे सांगतात,अव्यक्तमहदस्वरूप चारी (चौफेर) आहे असे काहीजण म्हणतात.षडरूप शिवशक्तीसदाशिव तत्व असल्याचे सांगतात,हे सर्व कथन ज्याचे आहे तिच बाध्य-बाधक आहे,वेदशास्त्रे म्हणतात(द्दष्टांत) जीवास जो भासते तो संसार एखाद्या समुद्रातील लाटे सारखा आहे,त्या मुळस्वरुपात हा भास आहे.काही उपनिषदे आत्म्यास आकाशरूप,काही तेजातील तेज,प्राणातील प्राण म्हणतात,हे सर्व प्रपंच वा संसारातील अनुमान आहे,जसे त्याचे स्वरूप कल्पावे तसे शिवरूप आहे.सत्यात: ते निर्गुण-निराकार आहे.

मन्त्रार्थ: कथित: कृत्स्त्र: पुरश्र्चर्याऽधुनोच्यते । आचार्यमुखतो मन्त्रं ज्ञात्वास्यार्थ समाहित: ।।२६।।
यथाशक्ति धनं तस्मै प्रदत्वा तदनुज्ञया । स्त्रानं त्रिषवणं कृत्वा भस्मना शाकभोजन: ।।२७।।
फलमूलाशानो वाऽपि हविष्याशी यथाबलम् । पर्वताग्रे नदीतीरे सागरान्ते शिवालये ।।२८।। वने वा
निर्भये शुद्धे प्राङ्मुखोदङ्मुखोऽपिवा समाहितमना भूत्वा सुखमानसमास्थित: ।।२९।। प्राणायामत्रयं कृत्वा
मुनिं छन्दस्तथैव च । देवतां च तथा शक्तिं बीजं स्मृत्वा मनोरपि ।।३०।। करन्यासं पुन: कृत्वा
तथाऽङ्न्यासमेव च । पच्चाग्ङमपि विनस्य गुरुं स्मृत्वाऽभिवन्द्दय च ।।३१।।

मंत्राचा उच्चार गुरुने सांगितल्याप्रमाणे वारंवार करावा,तसेच त्याचा अर्थ गुरु कडून समजून घ्यावा अनेक प्रकारचे मन्त्र आहेत,प्रत्येक मन्त्र विशेष कार्यासाठी आहे.मंत्रातील अक्षरे त्यानुसारच योजिली

आहेत.ज्याने नि:श्र्चित केलेले कार्य संपन्न होते.यथाशक्ति धन मिळवून व गुरुआज्ञेने कार्य करावे,त्रिकाल स्नान व पचन होईल असे अन्न घ्यावे,फळफुलमूळ ह्याचे यथाशक्ति हवन करावे,पर्वतावर नदीकाठी सागरकाठी वा शिवालयात वास करावा,वन वा निर्भय जागी प्रस्थान करावे सर्व भुतमात्रांना समान दृष्टीने पाहावे.प्राणायामाचा अभ्यास छंदासहित करावा,त्यातील देवता शक्तीरूप आहे त्याच्या बीजाचे मनात स्मरण करावे,इतर न्यासांबरोबर करन्यास करावा,क्रमाक्रमाने गुरूला नमन करावे व अडचणीच्या वेळी स्मरण करावे.

हत्पुण्डरीकमध्ये तु सोमसूर्याग्निमंण्डले । विद्दयुल्लेखेव कल्याणं ज्वलन्तं वन्हिरूपिणम् ।।३२।।

हृदयकमळात सुर्यचंद्राचे अग्निमंडल आहे जे विद्दयुलतेप्रमाणे असून त्याचा ताप (लपलेला अग्नि-वन्हि) वन्हिसारखा आहे,हृदयातील त्याच्या बाराकला आहेत असे समजतात,प्रत्येक चक्र स्थानात असलेल्या कमळाच्या पाकळ्या तेवढ्या तेथील वर्णकला आहेत असे समजतात,मूलाधारात चार वर्णकला व परमात्मा तेज एकवर्णी आहे,वैखरी सूक्ष्म वाणीच्या वर्णकलांची अक्षरे त्या-त्या चक्रात अनेक ठिकाणी सांगितली आहेत,तसेच त्या अक्षरातुन निर्माण होणाऱ्या विविध सिद्धी(व त्याचे मन्त्र) सुद्धा आहेत.

शिवं ध्यात्वा जपेन्मंत्र लक्षाणां षट् समाहित: । तर्पयेल्लक्षमेकं तु जुहुयात्तु सहस्त्रकम् ।।३३।।

शिवध्यान मंत्र जपाने सहा लक्षणे (प्रकृतीचि सहाही रूपे) समविष्ट होतात,त्यानंतर योगी सहस्त्रात लक्ष लावतो.

आज्येन पयसा वाऽपि पलाशकुसुमेन वा । तत: सिध्यन्ति मंत्रोऽस्य भुक्तिमुक्तिफलप्रद: ।।३४।। अथवा साम्बमीशानं श्रीसदाशिवमेव च । नृत्यमानं तथा देवं ध्यात्वा मन्त्र तु साधयेत् ।।३५।।

त्या कमळाच्या (सहस्त्रकमळ) पाकळीतुन अमृतवर्षाव होऊन मन्त्र सिद्ध होतो,ज्याने भुक्तिमुक्ति प्राप्त होते.अथवा प्रत्यक्ष सांब सदशिवांचे नृत्य (संसारकार्य) ह्याचे मंत्राने ध्यान होते.

अथवा प्राकृतं भावं स्वीयमुत्सृज्य सर्वदा । शिवोऽहमिति सचिंन्त्य साधयेदिदमुत्तमम् ।।३६।।मंत्रस्य साधनं प्रोक्तं विनियोग: प्रकीर्त्यैते । नित्यं व्दादशसाहस्त्रं जपेभ्दक्त्या समाहित: ।।३७।।

सम्यग्ज्ञानप्लवं लब्ध्वा संसाराब्धिव तरिष्यति । लक्षपच्चाशतं जप्त्वा कारणेश्र्वरमाप्नुयात् ।।३८।। लक्षणां तु शतं जप्त्वा साक्षाद्रुद्रत्वमाप्नुयात् । अशीतिलक्षं जप्त्वा तु नरो विष्णुत्वमाप्नुयात् ।।३९।। षष्टिल्लक्षजपेनैव लभते ब्रह्मण: पदम् । चत्वारिशतिभिर्लक्षैर्विराडात्मानमाप्तुयात् ।।४०।। विशंल्लक्षजपेनैव दीर्घमायुरवान्पुयात । षट्कर्माणि प्रसिद्धन्ति दशलक्षजपेन तु ।। विनियोग: समाख्यात: पूजा देवस्य कीर्त्येते ।।४१।।

प्रकृतीभावातुनच निघालेला मन्त्र पण ज्याने अंतःकरणात तादात्म्य भाव निर्माण होतो,भेदभाव नाहीसा होऊन स्वप्रकाशाकडे नेईल असा मन्त्र उत्तम होय.त्या मंत्राचे साधन व विनियोग प्रसिद्ध आहे,बाराहजार जपसंख्या उत्तम होय.ज्याने सर्व ज्ञान प्राप्त होऊन संसारसागर तरून जाता येते.पाच लाख जपाने ईश्र्वर स्वरूप होतो,शंभर लक्षण जपाने हवे ते रूप एक लाख जपाने विष्णुरूप,सहालाख जपाने ब्राह्मणपद तसेच विररूप,विसलाख जपाने दीर्घआयुष्य,तसे दहालाख जपाने षटकर्म सिद्ध होतात,ज्याच्या विनियोगाने (दान) देवाचा भक्त होतो.

हृत्पद्मकर्णिकामध्ये मन्त्रेणानेन पूजयेत् ।।४२।। अथवा मंण्डले सौरे चन्द्रमण्डलकेऽथवा । अग्नौ वा प्रतिमायां वा शिवं नित्यं प्रपुजयेत् ।।४३।। आसनं प्रथमं दद्दयादावाहनमनन्तरम् । अर्ध्य तत: परं दद्दयात्पाद्दयं चैव तत: परम् ।।४४।। पुनराचमनं दद्दयात्स्त्रापयेत्तु तत: परम् । वासो दद्दयात्पुनर्यज्ञोपवीतं भूषणानि च ।।४५।।गंन्ध पुष्पं तथा धूपं दीपमोदनमेव च । माल्यमालेपनं दद्दयान्नमस्कृत्य विसर्जयेत् । षडक्षरेण मन्त्रेण सर्व कुर्याव्दिचक्षण: ।।४६।।

हृदयकमळ मध्यमेत मानसपूजा करावी,मन्त्र म्हणावा,सुर्यमंडल,चन्द्रमंडल,अग्नि,प्रतिमा किंवा शिव ह्यांची नित्य पूजा करावी,प्रथम योग्य आसन करावे मग मंत्राचा उपयोग करावा,अर्ध्य द्यावे, आचमन करावे,त्यास आभूषणे असावीत,धुप,दिप,गन्ध,पुष्प वाहावे,जुने विसर्जित करावे,षडक्षर मंन्त्राने सर्व कार्य सुरु करावे.

हृत्पद्मकर्णिकामध्यात्कुर्यादावाहनं बुध: ।।४७।।उव्दासनं च तत्रैव नर: कुर्यात्समाहित:। सर्वमुक्तं समासेन नराणां भुक्तिमुक्तये ।।४८।।तस्मात्सर्व परित्यज्य षडक्षरपरो भवेत् । षडक्षरेण सर्वाणि सिध्यन्त्येव न संशय: ।।४९।।

परमेश्वर स्वरूप आकाशरूप आहे,त्याचे विशेषस्थान हृदयात आहे,म्हणून बुद्धीने हृदयातील मध्यमा कल्पून परमेश्वर भजावा, सर्व ठिकाणी परमात्माच आहे मायेच्या भ्रमरूप झापडीमुळे सर्व विचित्र दिसते,ह्याने सर्वांना भुक्तिमुक्ति प्राप्त होते,म्हणून सर्वाचा त्याग केल्यास षडाक्षर स्वरूप प्राप्त होते,असा हा मन्त्र नि:संशय सिद्ध होतो.अनेक प्रकारचे जे भाव उत्पन्न होतात,त्याचे हळुहळु विसर्जन करावे.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे षडक्षरविवरणं समाप्त:।।

।। वैराग्योत्पत्तिप्रकार: ।।

सुत उवाच–

अथात: संप्रवक्ष्यांमि वैराग्यं दुख:नाशनम् । येन साक्षाच्छिवज्ञानं जायते मोक्षसाधनम् ।।१।।

देहधारी साधकास अनेक प्रकारचे संसार दु:ख सहन करावे लागते,त्यासाठी वेदांत अनेक साधने सांगितली आहेत,त्यातील परमशिवस्वरुपा विषयी मुमुक्षुंसाठी(मोक्षसाधन करणारे) दु:खाचा नाश करणारे ज्ञान विस्ताराने सांगतो.

प्रत्यग्ब्रह्मैकताज्ञानाद्व्दैतवस्तु समुद्रतम् । व्दैतवस्तुनि विपेन्द्रा: पूर्ववासनया तथा ।।२।।

ब्रह्माचे ज्ञान मिळविण्यासाठी समुद्रमय(अथांग) पसरलेले व्दैत हे मुख्य अडथळा आहे,व्देत वस्तूचा उगम व्देत शोधणाऱ्यास (राजास-उत्तमास) पुर्ववासना हेच कारण असल्याचे समजेल.

आज्ञया देवदेवस्य कालपाकेन कर्मणाम् । शोभनाशोभनभ्रान्ति: कल्पिता परमार्थवत् ।।३।। शोभनत्येव संक्लृप्त: विषये वासनाबलात् । इच्छा नित्यं प्रजायेत नराणां मूढचेतसाम् ।।४।।

परमेश्वर इच्छेने जे काळानुरूप कर्मकार्य चालते,त्यात भावनेने परमार्थवत कल्पना जन्मास येते.

त्यानुसार विषयनिर्मिती होऊन वासनाप्रबळ होते,नित्य निर्माण होणाऱ्या इच्छा मूढपणाकडे नेतात. त्याच जीवब्रह्म ऐक्यातील आच्छादन असून व्दैत ज्ञान उत्पन्न करतात,जग उत्पत्तीस त्याच कारण आहेत.त्या परमेश्र्वर इच्छेने चालत असल्याचा भास (शोभन-भास) होतो पण प्रत्यक्षात ती अविद्दया असून परमार्थवत कल्पना जड झालेली आहे.ह्याच सुखदु:खास व पापपुण्यास कारणीभूत आहेत.हिच जीवाची भ्रांती आहे.

शोभनत्वेन संक्लृप्त: पदार्थो व्दिविध: स्मृत:। एक ऐहिक आख्यात इतर: पारलौकिक: ।।५।।

पदार्थाविषयी आकृष्ट व्दैत इच्छेने अनेक कल्पना आहेत,काही ऐहिक (शब्दस्पर्षादि-विषय) तर काही पारलौकिक(स्वर्गादिभोग) आहेत.

ऐहिकानिन्द्रियैरर्थान्भुङ्क्ते देही निरन्तरम् । पुनर्भुक्तेषु चार्थेषु तत्समानेषु मानव: ।।६।।

देहात(ऐहिक)इंद्रियभोगाविषयी अनेक इच्छा निरंतर वास करतात,त्या पुन:पुन्हा भोगासाठी मानवांच्या मनात येतात.

करोति वच्छामवश: कल्पनामतिमोहित: । शोभनत्वेन य: क्लृप्त: पदार्थ: पारलौकिक: ।।७।। तत्र बुद्धिं नृणां शास्त्रमुत्पादयति निश्र्चितम् । भ्रमात्तभ्दोगवाच्छा च जायते सर्वदेहिनाम् ।।८।।

इच्छेने अनेक कल्पना जीवांच्या बुद्धिस मोहित करतात. तसेच त्या पारलौकिक (परमार्थवत-वाटणाऱ्या) पदार्थांच्या इच्छेने मोहित असतात.अशी बुद्धि निर्माण होते हे शास्त्रांनी सुद्धा निश्र्चित केले आहे,भ्रमाने जीव (देहधारी) भोगमार्गाकडे जातात.मनाचा कल विषयभोगाकडे असल्याने अनेक रोग उत्पन्न होतात.

दृष्टानुश्राविकव्दारा बुद्धिसंततिरात्मन: । कल्पिते विषये नित्यं जायते वेदवित्तमा ।।९।।

वेदाचे उत्तम ज्ञान असलेले सुद्धा विषयाची कल्पना करतात,दृष्टीने,श्रवणाने आत्मबुद्धि जाऊन बुद्धित ऐहिक व पारलौकिक कल्पना स्थान घेतात (बुद्धित तसाच विचार असतो.)

तथा योऽशोभनत्वेन पदार्थ: परिकल्पित: । इह लोके परत्रापि व्देषस्तत्र हि जायते ।।१०।।

अशा पदार्थ कल्पनेने (ज्या भ्रम निर्माण करतात) व्देष उत्पन्न होतो,वैराग्य उत्पत्तीच्या जागी विषय निर्माण होतात.

रागव्देषार्गलाबद्धा धर्माधर्मवशंगता: । देवतिर्यङ्मनुष्यादिनिरयं यान्ति मानवा: ।।११।।

रागव्देषरुपी बुद्धि पापपुण्यास जन्म देते ज्याने स्वर्ग-नरकादि भोग मिळतात.

शुक्रं च शोणितं द्दव्ष्टा स्पृव्ष्टा स्मृत्वा तु मानव: । उद्धारं कुरुते तद्धि शरीरं चेतनस्य तु ।।१२।।

जीव परमात्मा-स्वरूपाच्या मायारुपात विषयवासनेने गुरफटतात,आई वडिलांच्या (स्त्री-पुरुष) ह्यापासून मिळालेल्या ह्या शरीराचे पांढऱ्या-लाल पेशींचे संवर्धन करून मानव त्यास सुद्दढ करण्याचा प्रयत्न करतो,असे शरीर चैतन्य राखण्याचा मानवाचा प्रयत्न असतो.

तस्मिच्शरीरेऽहं बुद्धिं सदा क: कुरुते जन: । मूढोऽहंमबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति विग्रहम् ।।१३।।द्दव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा चर्म भूमितले स्थितम् । उद्धारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।१४।।

अशाप्रकारची बुद्धि साधारण जनात दिसते,त्यात मुर्खात अहंबुद्धि जास्त असते,असे धष्टपुष्ट शरीर भूमीवर स्थित आहे जे मर्त्य असून त्याच्यातील दोष पाहून स्वतः त्याबद्दल दोषरहित करून उद्धार करण्याचा विचार करतो.

तथैवाऽऽत्मतयाऽग्राह्ये शरीरे चर्म यभ्द्दवेत् । तस्मिश्र्चर्मण्यहंबुद्धिं सदा क: कुरुते नर: ।।१५।।
मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्याति संततम् । द्दव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा मासं भूमितले स्थितम् ।।१६।।
उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात । तथैवाऽऽत्मतयाऽग्राह्ये देहे मासं तु यभ्द्दवेत्
।।१७।।तस्मिन्मांसे त्वहंबुद्धिं सदा क: कुरुते जन:। मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्याति संततम्।।१८।।
द्दव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा शिरा भूमितलेस्थिताम्।उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात ।।१९।।
तथैवाऽऽत्मतयाऽग्राह्या शरीरस्था च या शिरा । तस्यामेव त्वहंबुद्धि सदा क: कुरुते जन: ।।२०।।
मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति संततम्।द्दव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा चास्थिभूमितले स्थितम्।।२१।।
उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् । तथैवाऽत्मतयाऽग्राह्यं शरीरस्यास्थि यभ्द्दवेत् ।।२२।।

तस्मिन्नेव त्वंहबुद्धिं सदा क: कुरुते जन: । मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति संततम् ।।२३।।द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा रोमपुज्जं भुवि स्थितम् । उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।२४।। तथा देहस्थितं रोमनिचयं यव्दिजोत्तमा: । तस्मिन्नेव त्वहंबुद्धिं सदा क: कुरुते जन: ।।२५।। मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति संततम् ।द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा रक्तं भुमितले स्थितम्।।२६।। उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् । तथैवाऽऽत्मतयाऽग्राह्यं रक्तं यद्देहसंस्थितम् ।।२७।। तस्मिन्नेव त्वहंबुद्धिं सदा क: कुरुते जन: । मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति संततम् ।।२८।। द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा पुयं भुमितले स्थितम् । उग्दारं कुरुते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।२९।। तथैवाऽऽत्मतयाऽग्राह्ये पूयं यद्देहसंज्ञिते । तस्मिन्नेव त्वहंबुद्धिं सदा क: कुरुते जन: ।।३०।। मूढोऽहंममबुभ्याद्धिमिदं गृह्णाति संततम्।द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा श्लेष्मराशिं भुवि स्थितम्।।३१।।

उग्दारं कुरते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् । तथैव पुरमध्यस्थे श्लेष्मराशौ विचक्षण: ।।३२।। क: करोति त्वहंबुद्धि मनुष्य: पंण्डितोत्तमा:। मूढोऽहंममबुद्धिभ्यामिदं गृह्णाति संततम् ।।३३।।द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा पुयं भुमितले स्थितम् । उग्दारं कुरते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।३४।। तथा देहस्थितो पित्ते हेये वेदान्तपारगा: । क: करोति त्वहंबुद्धि मूढ एव करोति हि ।।३५।।द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा मूत्रं भुमितले स्थितम् । उग्दारं कुरते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।३६।। तथा देहस्थितो मूत्रे हेये वेदान्तपारगा: । क: करोति त्वहंबुद्धि मूढ एव करोति हि ।।३७।। द्वव्ष्टा स्पृव्ष्टा तथा स्मृत्वा पुरिषं भुतले स्थितम् । उग्दारं कुरते मर्त्य: स्वयं तद्दोषदर्शनात् ।।३८।। तथा देहस्थितो हेये पुरिषे मतिमत्तमा: । क: करोति त्वहंबुद्धि मूढ एव करोति हि ।।३९।। चन्दनागरुकर्पूरप्रमुखा अपि शोभना: । मलं भवन्ति यत्स्पर्शात्तत्कथं शोभनं वपु: ।।४०।। भक्ष्यभोज्यादय: सर्वेपदार्थाश्चातिशोभना: । मलं भवन्ति यत्स्पर्शात्तत्कथं शोभनं वपु: ।।४१।। सुगन्धि शीतलं तोयं मूत्रं यत्संगमाभ्दवेत । तत्कथं शोभनं पिण्डं भवेह्त व्दिजोत्तमा: ।।४२।। अतिव धावला शुद्धा: पटा यत्संगमेन तु । भवन्ति मलिना वर्ष्म कथं तच्छोभनं भवेत् ।।४३।। रक्तजा: क्रिमयोऽनन्ता मांसजा: क्रिमयस्तथा । क्रिमिकोशमिदं वर्ष्म दुं:खाय न सुखाय हि ।।४४।।

मनुष्य देहात दोष उत्पन्न झाले कि ओरडतो,व शिरीर सुद्दढ असले कि अहंबुद्धि धरतो,व्यामाने शरीर भिजले व धष्टपुष्ट झाले कि अहंभाव धरतो पण दोष निर्माण झाल्यास बोंबलतो,खरोखर वेदांत पारंगत

पंडिताचे शरीर सुद्धा पित्त.मूत्र ह्याने भरलेले घाणेरडे आहे.त्यासाठी अहंबुद्धि काय कामाची? पंडिताचे शरीर गंध-चंदन-कापुर ह्याचा लेप लावलेले आहे तरी ते भ्रामक कल्पनांनी भरलेले घाणेरडे ज्याच्या स्पर्शाने मल जाणार का? सर्व भक्ष्यभोज्य पदार्थ सुंदर वाटले तरी त्याने मळच वाढतो,वरून सुगंधी तेल-द्रव्य लावले तरी आत मूत्ररुपी घाण आहे.वरून घासून स्वच्छ केलेला देह असला तरी आतून घाण व अनेक भ्रामक कल्पनांनी व्याप्त आहे.रक्तमासाचा असा हा देह दुःखाचा महापुर (अनेक दुःखांचे स्थान असून) असून त्यात सुखाची कल्पना हा एक भ्रम आहे.

गर्भे तु कललावस्थं कृमिभिर्भक्षितं भवेत् । दु:खमेव तदा सौख्यं न किंचिदपि विद्दयते ।।४५।।

गर्भाची प्रथमअवस्था हि एखाद्या किड्यासारखी,वाढ परावलंबी आहे,त्यात दुःखच आहे त्यात सुख मिळणे कधीच शक्य नाही.

बहुदाकारतापन्नं भक्षयन्ति कलेवरम् । क्रिमयो दु:खमेवस्यात्तदा सोख्यं न किंचन ।।४६।। जठरान्गौ भवेत्तप्तं गर्भ मातु: सदैव तु । दु:खमेव तदा तस्य सुखं किंचिन्न विद्दयते ।।४७।। जठरे वायुसंचारघूर्णिते गर्भता: गत: । दु:खमेव तदा तस्य सुखं किंचिन्न विद्दयते ।।४८।। पुरिषमूत्रसंपूर्णे जठरे गर्भता गत: । दु:खमेव सदा याति न किंचितत्सुखमाप्नुयात् ।।४९।। जरायुमध्ये निश्छिद्रे निमग्नो गर्भतां गत: । दु:खमेव सदा याति न किंचितत्सुखमाप्नुयात् ।।५०।।

गर्भास आई जसे अन्न खाईल तसेच विचित्र अन्न त्यास मिळते,ज्यात थोडेही सुख नसून दु:खच आहे, पुराणगर्भरूप योनीत गर्भ निद्रिस्त असतो,गर्भात आईच्या जठराग्नीचा ताप व वायूचा संचार होतो, ज्यात थोडेही सुख नसून दु:खच आहे, त्याच्या (गर्भाच्या) बाजुस मलमुत्ररुप घाण असते, ज्यात थोडेही सुख नसून दु:खच आहे,

रौरवादिषु यद्दु:ख नरकेषु निरन्तरम् । गर्भे तत्कोटिगुणितं भवेद्दु:खं न संशय: ।।५१।।गर्भात्तु जायमानस्य दु:खं वक्तुं न शक्यते । अहो दुर्वास एवास्य गर्भवासो मुनीश्र्वरा: ।।५२।।

जणु रौरव नरकात गर्भ असतो ज्याचे दु:ख भयंकर आहे,असे गर्भात होणारे दु:ख वर्णन करणे कठीण आहे.दुर्वासा सारख्या महामुंनिना असे दु:ख भोगावे लागले आहे.

बाल्ये पीडा महातीव्रा गणपीडा महत्तरा । पिपीलिकादिपीडा च परिहर्तु न शक्यते ।।५३।।

लहानपणी होणाऱ्या पिडा तीव्र असतात,त्यात अनेक एकत्र पिडा जास्त असतात शरीर लवकर रोगास बळी पडते,गोवर कांजिण्या ह्यांची पिडा सांगता येत नाही.

व्याधिपिडा महातीव्रा क्षुत्पीडा च दिने दिने । पिपासा च महापिडा कथं याति सुखं नर: ।।५४।।

व्याधींनी पिडा होते तसेच भुकेने होते तहानेने झालेली पिडा भयंकर असते,ह्यात काय सुख आहे.

अक्षरग्रहणे पीडा पीडा च पठने तथा । शब्दजालस्य दु:खब्धेर्न परो दृश्यते मया ।।५५।।

सुरवातीची अक्षरे शिकताना व अभ्यास करताना,शब्दरूप जाळ्यात (मधाळशब्दांनी फसवेगिरी) दु:ख व बंधन तसेच माया दिसते त्याने दु:ख अशी अनेक दु:खे होतात

श्रौतस्मार्तसदाचारे महापीडा च दारुणा । निद्धिषपरिहारे च कथं याति सुखं नर: ।।५६।।

आपल्या धर्माचरणात अनेक दारूण पिडा होते,तसेच त्याचा अव्हेर करताना पिडा होते.

यौवने च महादु:खं स्त्रीसंसर्गे महत्तरम् । स्त्रीभोगाक्षमता दु:खं दु:खमेव विचारात: ।।५७।। स्त्रीणामाराधने दु:खं तासां संरक्षणेऽपि च । तासां परिभेव दु:खं दु:खमेव विचारात: ।।५८।। वस्त्र संपादने दु:खं भूषणनां तथैव च । रक्षणे च तथा तेषां दु:खं दु:खमेव विचारात: ।।५९।। गृहक्षेत्रधनादीनां दु:खं संपादने तथा । रक्षणे च तथा दु:खं तेषांमेव विचारात: ।।६०।। पुत्रमित्रादिजन्तूनां दु:खे दु:खं तथैव च । जन्मनाशभयादु:खं दु:खमेव विचारात: ।।६१।।

यौवनात अनेक दु:खे आहेत,त्यात स्त्रीसंसर्गात जास्त दु:ख आहे,स्त्रीभोग क्षमतेचे दु:ख,तिच्या विनवण्या व अनेक मागण्या,संरक्षण,स्त्रीचि कुचंबणा-समाजाची वागणूक ह्याचे दु:ख,वस्त्र,घर,त्याचे रक्षण,पुत्र,मित्र,आप्त,नवीन जन्म,भय ह्याचा विचार करता बरेच दु:खमय आहे.

राज्यभारे महद्दु:खंमात्यत्वे महत्तरम् । दासभावे महद्दु:ख दु:खमेव विचारात: ।।६२।। वेदमार्गेतरे मार्गे निष्ठा दु:खं तथैव च । मार्गोत्कर्षपरिज्ञाने दु:खमेव विचारात: ।।६३।। स्वदारिद्वये महद्दु:खं परश्रीदर्शने तथा । परै: साम्ये महद्दु:ख दु:खमेव विचारात: ।।६४।। वायुपीडाऽग्निपीडा च तोयपीडा तथैव च । सर्पादिदंशने पीडा दु:खमेव विचारात: ।।६५।। भूतप्रेतपिशचानां यक्षदिनां तथैव च । पदप्राप्तो महादु:खं दु:खमेव विचारात: ।।६६।। इन्द्रलोके महादु:खं प्रजापत्ये महत्तरम् । विष्णुलोके च रौद्रो च दु:खमेव विचारात: ।।६७।।

राज्याच्या भाराचे,दास्यभावाचे,वेदमार्गाने मार्गक्रमण करताना,त्यामार्गातील प्रगती,दारिद्र्य,दुसऱ्याची तुलना,वायु-अग्निपिडा,सर्पदंश,भुतप्रेत,पिश्र्चाच्च,पदप्राप्ती,इन्द्र-विष्णु-रुद्र लोक ह्यातील दु:ख अशी विविध कारणाने दु:ख प्राप्त होते.

बहुनोक्तेन किं देहेऽहंममज्ञानवान्यदि । दु:खमेव सदा याति सुखं याति न किंचन ।।६८।।

देहात असताना जे सृष्टीज्ञान होते त्यातील अनेक मिळालेल्या व न मिळालेल्या गोष्टींचे दु:ख होते.

दु:ख दु:खात्मना किंचिज्जानाति विवश: पुमान् । सुखात्मना च जानाति भ्रमाद्दु:ख कदाचन ।।६९।।

हे सर्व दुख: कशाने आहे ह्याचा विचार करावा लागणे हे हि दु:खच,सुख नक्की कशाने होईल हे जाणणे आवश्यक आहे,जे जाणेपर्यंत भ्रमदु:ख संपणार नाही.

आत्मनस्तु स्वरूपं हि सुखं नान्यव्दिचारत: । तदज्ञानबलेनैव सुखप्रेप्सा नृणां बुधा: ।।७०।।

जीव आत्मवस्तु हे सुख असल्याचे विचाराने समजतो पण ज्ञानविचाराने त्याची कल्पना ह्या नवीन भ्रमात त्यास दु:ख होते.

तदज्ञाने निवृत्ते तु प्राप्तमेति सुखं स्वतः । जहाति दु:खमप्राप्तं स्वतः सत्यं मयोदितम् ।।७१।।

अश्या ज्ञानाची निवृत्ति ह्यानेच सुख प्राप्त होईल ह्यासाठी भ्रमरूप कल्पना (शुद्ध,बद्ध,मुक्त ह्या ज्ञानाच्या सोडून पुढे) सोडाव्या लागतील. ज्याने स्व-सत्य सुख प्राप्त होईल.

अज्ञानस्य निवृत्तिश्र्च ज्ञानादेव न कर्मणा । ज्ञानं नाम महादेवज्ञानं वेदान्तवाक्यजम् ।।७२।।

अज्ञान संपल्यावर निवृत्ति राहाते त्यास कर्म उरत नाही.ते ज्ञान म्हणजे शिवांचे ज्ञान असे वेदान्तवाक्य आहे.

विरक्तस्य हि संसाराज्ज्ञानं नान्यस्य कस्यचित् । यदा सर्वे प्रमुच्यन्ते कामा येऽस्य हृदि स्थिता: ।

काम हा हृदयात (भावनेत) आहे,विरक्तानांच संसारातून तरण्याचे ज्ञान आहे,ईतरांना नाही.

तदा मर्त्योऽमृतो भवत्यत्र ब्रह्म समश्नुते ।।७३।।

असे पुढे गेलेले भवातून ब्रह्मात (त्यांनी सर्व विषय भोगाचा त्याग केला) गेले.

वैराग्यहीनस्य न सत्यवेदनं न मुक्तिसिद्धिर्न च बन्धनश्छिदा ।न धर्मसिद्धिश्र्च तत: पुरातनै रिदं विशिष्टं कथितं कृपाबलात् ।।७४।।

पूर्वीच विशिष्टपणे असे सांगितले आहे, कि वैराग्य नसलेल्यास वेदातील सत्य, मुक्ति मिळत नाही. ना बंधन जाते,ना धर्मातील सिद्धी मिळतात.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे वैराग्यविचारनाम समाप्त:।।

।। परपदस्वरूपविचार ।।

सुत उवाच -

अथात: संप्रवक्षामि परात्परतरं पदम् । यत्सत्तायोगत: सर्वं सत्यवभ्दवति व्दिजा: ।।१।।

आता मी परात्पर स्वरूप अर्थात शिवस्वरुपाबद्दल सांगतो,ज्याच्या सत्तेच्या योगाने ब्राह्मणांना सत्यज्ञान होईल.

यस्यैव चित्प्रकाशेन सर्वं चेतयेत जगत् । यस्याऽऽनन्दाभिसंबन्धात्सर्व प्रेमास्पदं भवेत् ।।२।।

ज्याच्या चितप्रकाशाने सर्व जगाचा आभास होतो अश्या त्या सचित्तानंन्द स्वरूपावर सर्व भुतभौतिक जग असल्याचा आरोप होतो त्या भासमान जगाचा व शिवस्वरूपाचा प्रेमसबंध ह्याबद्दल सांगतो.

प्रतीताभ्दौतिकादस्माभ्दूतानि मुनिपुङ्गवा:। उत्कृष्टानि तथा तेभ्यो जीवात्मा चेतन: प्रभू: ।।३।।

जसे हे मुनिश्रेष्ठ,आकाशादि-भुतभौतिक जगाचा आभास होतो,तसेच सत्वगुणात्मक-मायेकडे जीवात्मा आकृष्ट होतो.

समष्टिव्यष्टिभावेन सोऽपि भिन्न परस्परम् । व्यष्टश्र्च तथा भिन्ना: स्वस्वरूपानुरूपत: ।।४।।

निर्मळ सत्वगुणात्मक हिरण्यगर्भ,मलीन सत्वगुणात्मक माया नानाविधरूप दर्शविते, जसा भाव तसे त्याचे विच्छीन्न स्वरूप,जसा भाव तसे पापपुण्य स्वरूप,त्यानुसार उत्क्रांती व जन्म

देवतिर्यङ्मनुष्यादिशरीरं प्राप्नुवन्ति च । आसां समष्टिभूतस्तु श्रेष्ठ: सर्वोत्तमा बुधा: ।।५।।

त्या हिरण्यगर्भात रजोगुणात्मक संकल्प मात्रा असून अनेक सिद्धमात्रा विशेष विभूतींना जन्म देतात.ह्यात परास्पर उत्कर्ष भाव असतो.

ततो विशिष्टा: सकला ब्रह्मणस्तु विभूतय: । ताश्र्चान्योन्यं विशिष्टा: सुर्यथा जीवा मुनीश्र्वरा: ।।६।।

अर्थात ह्यात ब्रह्मदेव (रजोगुण) विभुती विशिष्ट आहे, जीवांसाठी सुर्य हि विभुती विशिष्ट आहे.

तासां ब्रह्माऽधिकस्तस्माव्दिष्णुरर्मुख्य:प्रकीर्तित:। सोऽपि स्वव्यष्टिभूतेभ्यो वरिष्ठ: परिकीर्तित:।।७।।

जसा राजोगुणात्मक ब्रह्मा तसा सत्वगुणात्मक विष्णु हे प्रसिध्द आहेत,म्हणूनच ते भुतमात्रात वरिष्ठ म्हणून प्रसिद्ध आहेत. सत्वगुणाच्या सुखप्रकाशामुळे व रजोगुणापेक्षा जास्त प्रभावामुळे सत्वगुणी विष्णुकडे सर्व भुते जास्त आकृष्ट होतात.

ततो रुद्रोऽधिक: सोऽपि स्वव्यष्टिभ्योऽधिक: स्मृत:। ब्रह्मा विष्णुश्र्च रुद्रश्र्च परतत्वविभूतय:।।८।।

विष्णुरूपाच्या बाह्यविशिष्ट सत्व हा तम होय,असा विष्णुरूपीरुद्र आहे तो परतत्वरूप असून संकल्पमात्र सिद्धी देतो.असे सच्चितानंदनिर्गुण असून त्याची स्वीकृतमायागुणोपाधी ब्रह्माविष्णुमहेश आहेत.ज्या त्या निर्गुण ब्रह्माच्या विभुती होत.

एषां त्रयाणामाधिक: सर्वकारणमीश्र्वर: । ततोऽधिकं परं तत्वं ज्ञानमानन्दमव्दयम् ।

इयमेव हि सर्वेषां काष्ठा प्रोक्ता श्रुतौ स्मृतौ।।९।।

त्रिगुण हेच मायोपाधीरूप असून सर्व कारणाचे जनक आहेत,जीवांची उत्क्रान्ति ह्यासाठी हे तीनही गुणच आहेत,तसे जग हे बहुविध असले तरी मुख्य गुण तीनच आहेत.सचित्तानंद-स्वरूप हेच जीवांचे विश्रांतीचे स्थान व उत्क्रांतीचे शिखर आहे.त्यासाठी वैराग्य व निरतिशय कल्पना हवी जेथे सगळ्याचा लय होतो,ह्यास विचार प्रलय असे सुद्धा म्हणतात.असे हे परमतत्व ज्ञान-आनंदमय आहे,वेद श्रुति-स्मृति हेच सांगण्याचा प्रयत्न करतात.

योऽयं मानुष अनन्दस्तत: शतगुणोत्तर: । मनुष्यगन्धर्वादीनामानन्द इति गम्यते ।।१०।।

ब्रह्मानन्दशतं विष्णोरेक आनंन्द उच्यते ।।११।।

मनुष्यांना अनेक भोग आवडतात,त्यात सार्वभौम सत्ता,धन धान्य,माणसे अनेक-रूपे,ज्ञान पाहतात अशा अनेक गुणांनी युक्त जगदिश्वर ते पाहतात,पृथ्वी अनेक गोष्टीनी परिपूर्ण आहे ज्याने मनुष्यांचे समाधान होईल,तिच गोष्ट गंधर्व व देवांची आहे,ह्यात विष्णुरूपाचा आनंद मनुष्यांना जास्त आवडतो,अर्थात त्यांचे आकर्षण मायोपाधिक आहे,आत्मतत्वाकडे नाही,जे असे ध्यान करतात ते त्यादिशेनेच जातात व त्यातच लय पावतात.

तस्याऽऽनन्दशतं रुद्रस्यैक आनंन्द एव हि। रुद्रनन्दशतं सर्वकारणस्य शिवस्य तु ।।१२।।

जसा ब्रह्मा-विष्णु स्वरूपातील तसाच शतरूप विष्णु-रुद्र स्वरूपाचा आनंद,येथे सर्व कारण शिवरूप आहे.

कारणत्वोपलक्ष्यस्य शिवस्य परमात्मन: । सत्यचिन्मात्ररूपस्य भूमाऽनन्द उदाहृत: ।।१३।।

मात्र शब्द सकलउपाधी दर्शवितो असे श्रुति सांगतात,सत्यचिन्मात्र-स्वरूपाकडे लक्ष हे शिवपरमात्मा-स्वरूपाकडे लक्ष लावल्यासारखे आहे.भुमानंद(भूमीवरचा) हयास ज्याप्रकारे जिज्ञासा झाली त्याप्रमाणे तो आनंदी-सुखी झाला.

एवं क्रमेण सर्वेषां ज्ञानाधिक्यमपीष्यते । स्कन्धशाखादिभेदेन यथा वृक्षो व्यवस्थित: ।।१४।।

क्रमशः सर्वांना त्याच्या स्वरूपाबद्दल ज्ञान मिळविण्यासाठी व निरतिश दिशेने जाण्यासाठी रुद्रविष्णु स्वरूप-स्थान हे कारण बनवून दृष्टांत प्राप्त करण्याचा मार्ग स्कंधशाखेत आहे,ज्यात साधक हा त्या महान वृक्षाचा एक भाग आहे.

तथा रुद्रादिभेदेन शिव एको व्यवस्थित: । उत्कर्षाश्चापकर्षश्च स्कन्धशाखादिवस्तुषु ।।१५।।

स्कन्धशाखेत रुद्रात शिव हे एकच स्वरूप मुख्य आहे.व स्कन्धशाखेत उत्कर्षासाठी हयाचाच उपयोग करतात.

तथोत्कर्षाश्चापकर्षश्च रुद्रविष्णादिषु स्थित: । तरग्ङबुहुदादीनां यथा लोके व्यवस्थिता: ।

उत्कर्षश्चापकर्षश्च तथा रुद्रादिषु स्थित: ।।१६।।

लोकांसाठी रुद्रविष्णुरूपाचे तरंग सुद्धा उत्कर्ष साधण्यासाठी आहेत.एकदा प्रगतीत गती आली कि शिवरूपच राहते.

विश्र्वाधिकत्वं रुद्रस्य कारणस्य शिवस्य च । न वंदन्ति जना ये ते राक्षसा: स्युर्न संशय: ।।१७।।

शिवाचे रुद्र स्वरूप हे विश्र्वव्यापक आहे जे त्यास मनात नाहीत ते नक्कीच राक्षस असावेत हयात शंका नाही.

व्यावहारिकद्दष्टयाऽयं विभाग: परिकीर्तित: ।।१८।। प्रमाणद्दष्ट्या वस्तेकमेव नित्यं न संशय: । अनाद्दत्य महामोहात्प्रमाणं भुवि मानवा: ।।१९।।

जनांच्या विविध भावामुळे दृष्टांतासाठी व्यावहारिक वेगवेगळे भाग केले असले तरी शिवतत्व एकच आहे.मानवांना ह्याचा मोह होतो हेच ह्याचे प्रमाण आहे.

अयं परस्त्वयं नेति विवदन्ते परस्परम् । महापापवतां नृणां रुद्राधिक्यं न भासते ।।२०।। अनेकजन्मसिद्धानां श्रौतस्मार्तानुवर्तिनाम् । रुद्राधिक्यं स्वतो भाति प्रमाणैरपि तर्कत: ।।२१।। सोपानक्रमतो देवा नृणां संसारमोचका: । रुद्र: संसारमग्नानां साक्षात्संसारमोचक: ।।२२।। अत: सर्व परित्यज्य शिवादन्यत्तु दैवतम् । शिव एक: सदा ध्येय: साक्षात्संसारमोचक: ।।२३।। वृक्षस्य मुलसेकेन शाखा: पुष्यन्ति वै यथा । शिवध्यायेन देवाश्र्च तथा तृप्ता भवन्ति हि ।।२४।।

ह्यात सूक्ष्म फरक म्हणजे रुद्राप्रमाणे,क्रोधायमान-राजा कधीच (दिसत) असत नाही,सिद्धानी अनेक जन्मानंतर श्रुत-स्मार्त वर्णिले आहे.तरीसुद्धा तो एक तर्कच आहे.रुद्राच्या भक्तांना सहज मार्ग मिळावा व संसारसागरातुन मुक्ति मिळावी ह्यासाठी हे सांगितले आहे.म्हणून बाकीचे सर्व सोडून देऊन शिव हेच आपले दैवत मानावे,संसारातून मुक्त होण्यासाठी शिव हे ध्येय ठेवावे,सर्व शाखा ह्या मुळातूनच आहेत त्यामुळे कोठल्याही मार्गाने शिवध्यान करून तृप्त व्हावे.

विकल्परहितं तत्वं ज्ञानमानन्दमव्ययम् । ये पश्यन्ति विमुक्तास्ते जीवन्तोऽपि न संशय: ।।२५।।

विकल्परहित जे तत्त्व आहे ते परमात्मास्वरूप होय त्याचे ज्ञान अखंड आहे,जे विशेष ज्ञान आहे.जे स्वप्रकाशित व सर्वव्यापी असून अत्यंत आनंदमय आहे,त्यास देश,काळ,वस्तु ह्याचे बंधन नाही.

निर्विकल्पं परं तत्वं तर्कतो यस्य भासते । सोऽपि मुच्येत संसारद्दयथा स्वन्पप्रपश्र्चत: ।।२६।।

निर्विकल्प तत्व हे तर्काने तसे सांगतात,जे फक्त समजण्याची खूण आहे.प्रत्यक्षात त्याचा संसाराशी काही संबंध नाही,त्याठिकाणी संसार स्वप्नवत होतो.जे आकाशासारखे मोठे व सूक्ष्म आहे असे वेदशास्त्रे सांगतात.

निर्विकल्पं परं तत्वं प्रमाणेनैव केवलम् । यस्य भाति स मुच्येत स्वसंसारमहोदधे: ।।२७।।

निर्विकल्प परब्रह्म सांगण्यास त्याप्रमाणे प्रमाण नाही म्हणून तर्काने सांगतात,"अहं ब्रह्मास्मि" किंवा "ब्रह्म हेच सत्य आहे" इत्यादि खुण सांगतात.

न च नामानि रूपाणि शिवस्य परमात्मन: । तथाऽपि मायया तस्य नामरूपे प्रकल्पिते ।।२८।।

परमात्मा नामरूप रहित तर माया नामरूप असलेली आहे.

शिवो रुद्रो महादेव: शंकरो ब्रह्म सत्परम् । एवमादीनि नामानि विशिष्टानि परस्य तु ।।२९।।
विष्णुनारायणादीनि नामानि परमेश्र्वरे । कथंचिद्द्योगवृत्या तु वर्तन्ते न तु मुख्यया ।।३०।।

शिव रुद्र महादेव शंकर हि रूढ नावे आहेत प्रत्यक्षात ते ब्रह्म असून मनुष्याच्या देहात अग्रस्थानी विराजमान आहे.शिव हेच विष्णुरूप आहेत पण रूढ संसारात विष्णुपासून शिव(विष्णुचे बाह्यरूप) आहे असे मानतात.हि फक्त योगवृत्ती आहे सत्य नाही.

अरुपस्य शिवस्यापि मूर्तिर्ध्येया ह्युपासकै: । उमार्धविग्रहा शुक्ला त्रिनेत्रा चन्द्रशेखरा ।।३१।।

शिवशक्ति (अर्धनारी) हे त्रिनेत्र चन्द्रशेखर शिवरूप मायेत असलेल्यांसाठी आहे, काही जण अरूप शिव पाहतात.

नीलग्रीवा परानन्दप्रमोदा ताण्डवप्रिया । ब्रह्मविष्णुमहादेवैरुपास्या गुणमूर्तिभि: ।।३२।।

नीळकंठ त्रिलोचन तांण्डवरूप ब्रह्माविष्णुमहादेव ह्या गुणात्मक मूर्ति आहेत काहीजण त्या मूर्ति स्वरूपाने पाहतात.

सर्वमूर्तिविहिनस्य सर्वेमुर्ते: शिवस्य तु । तथाऽप्येषा परा मूर्तिरित्येषा शाश्र्वती श्रुति: ।।३३।। तप्ताय: पिंण्ङवद्विप्रा रुद्रमूर्ति: परस्य तु । मूर्त्या तुल्याऽन्यमूर्तिभ्यो लक्षणैर्मुनिसत्तमा: ।।३४।।

संसाराचा लय करणारी रुद्रमूर्ति आहे,त्याचे वेगवेगळे विभाग स्थान विशेषांनुसार आहेत,प्रत्यक्षात शिवस्वरूप एकच आहे.

विष्ण्वादीनां तु सर्वेषा मूर्तयो व्यवधानतः । न तुल्याः परतत्वस्य मुर्त्या वेदान्तपरागाः ।।३५।।

विष्णु सारख्या अनेक मुर्त्या ह्या समुदाय दर्शविण्यासाठी असून वेद जाणणारे,शिवस्वरूप हे निर्गुण ब्रह्म आहे हे जाणतात.

परतत्वस्य नामानि प्रत्यासत्या मुनीश्र्वराः । त्रिमूर्तीना तु रुद्रस्याव्यवधानानि सुव्रताः ।।३६।।

नामस्वरूप जगात,व्यवहारात त्रिमूर्तीरूप वापरतात तरी सत्वगुण रुद्र हेच मुख्य रूप आहे.

विष्णादीनां च देवानां तानि नामानि सुव्रताः । तत्वान्ययेन नामांनि भवन्ति ब्रह्मवित्तमाः ।।३७।।

हिरण्यगर्भातील तीन गुण हे मुख्यतः व्यवहारात प्रतीकात्मक स्वरुपात विशेष कार्याने भजतात त्यास व्यावहारिक असमंज लोक भेदाने पाहतात,प्रत्यक्षात ते उत्कर्षासाठी वापरलेले स्वरूप आहे.

तथाऽपि रुद्रे तान्येव प्रत्यासत्या परेण तु । मुख्यानि न तथाऽन्येषु व्यवधानात्परेण तु ।।३८।।

सत्यस्वरूप पहाणे हे केव्हाही उत्तम आहे अवधानाने मुख्यस्वरूप नसेल तरी त्यातही शिवरूप पाहावे.

परतत्वपरिज्ञानं तस्य मूर्तिप्रसादतः । तत्पसादश्र्च तद्धयानपूजाभ्यामेव नान्यथा ।।३९।।

मूर्तिरुपात पाहताना परतत्व पाहावे तसाच भाव असावा अन्य भाव उपयोगाचा नाही.

अन्नादिभोजनान्नणां यथा क्षुव्दिनिवर्तते । तथा मूर्तिप्रसादेन तत्तत्वं च प्रकाशते ।।४०।।

अन्न ग्रहणाने जशी भूक भागते तसेच मूर्ति दर्शनात तत्वतः तत्वच प्रकाशमान आहे.

परतत्वं तु सर्वेषा स्वरूपमपि सर्वदा । तस्य मूर्तिप्रसादेन विना नैव प्रकाशते ।।४१।।

परतत्व हे सर्व ठिकाणी आहे त्यामुळे मूर्तिशिवाय सुद्धा ते आहे.

तस्मान्मूर्तिर्हि सर्वेषा भोगभोक्षफलप्रदा । अतो मूर्ति महाभक्त्या भजध्वं मुनिपुङ्गवा ।।४२।।

भोग्यभोगफळ मिळण्यासाठी हे महामुने मूर्तिरुपाची आराधना करतात.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे परपदस्वरूपविचार समाप्त:।।

।। आत्मना सृष्टिकथनम् ।।

सुत उवाच -

श्रृणुत ब्रह्मविच्छ्रेष्ठा भाग्यवंन्त: समाहिता: । वक्ष्यामि परमं गुह्यं विज्ञानं वेदसंमतम् ।।१।।

वेदांना संमत असलेले विज्ञान ज्यास शंकेस वाव नाही असे ,परमगुह्यज्ञान मी माझ्या मुखाने सांगतो,ते ऐकणारे ब्रह्मस्वरुपाची (कास-माहिती) असलेले भाग्यवंत आहेत.

अस्ति कश्र्चित्स्वत: सिद्ध सत्यज्ञानसुखाव्दया । विश्र्वस्य जगत: कर्ता पशुपाशविलक्षण: ।।२।।

विश्र्वाचे कर्ते प्रत्यक्ष शिव आहेत,सर्व पशुपाश-पदार्थपासून स्वतंत्र आहेत,वेदांत पदार्थ पशुपाशाविषयी जास्त चर्चा आहे,तरी सिद्धीसुद्धा सांगितल्या आहेत,त्यात स्वयंसिद्ध किंवा सर्वदा स्वयंसिद्ध ह्याबद्दल सुद्धा सांगितले आहे,जे नित्यमुक्तांचे वर्णन आहे असे स्वरूप लक्षण श्रुति सांगतात.ब्रह्म हेच सत्य आहे असेच श्रुतिंचे म्हणणे आहे.

आकाशादिनि भूतानि पच्च तेषां प्रकीर्तिता: । गुणा: शब्दादय पच्च पच्च कर्मेंद्रियाणि च ।।३।।
ज्ञानेन्द्रियाणि पच्चै प्राणाया दश वायव: । मनो बुद्धिरहंकारश्र्चित्तं चेति चतुष्टयम् ।।४।।

माया शबल(खोटी) असून त्यात आकाशादी पाच भुते,शब्दस्पर्षादि पाच गुण व कर्मेंद्रिये दहा आहेत,पाच मुख्य वायु,पाच उपवायु (नाग,कूर्म,कृकर,देवदत्त,धनंजय-मुख्य),अंतःकरण चतुष्टी ह्यात मन,बुद्धि,अहंकार,चित्त आहेत.

तेषां कारणभूतैकाऽविद्दया षटत्रिशंका: पशु: । विश्र्वस्य जगत: कर्ता पशोरन्य: प्रर: शिव: ।।५।।

अशी एकूण पस्तीस मूळ बंधने,जीवस्वरूपबंधन मिळून छत्तिस विद्दयाबंधने-पाश आहेत ज्याने त्यास पशु म्हणतात,जो सर्वापासून मुक्त तो पाशुपत म्हणजे शिव होय,म्हणून शिव हेच विश्र्वाचे कर्ता आहेत ह्यात शंका नाही.

आत्मना: पशव: सर्वे प्रोक्ता अज्ञानिन: सदा । अज्ञानमात्मनामेषामनाद्दयेव स्वभावत: ।।६।।

आत्मस्वरुपाकडून पहिले तर पाश असलेला पशु आहे म्हणून अद्दयांनी जीवांस पशु म्हणतात,पशु हा संसारात मनाच्या स्वभावाने-भावनेने अडकलेला आहे.

संसारबीजमज्ञानं संसार्यज्ञ: पुमान्यत: । ज्ञानात्तस्य निवृत्ति: स्यात्पकाशात्तमसो यथा ।।७।।

संसारात अनेक बीज (कल्पना) असून त्यात जीव सुखदु:ख व पापपुण्य भोगतो,त्यानंतर त्यास संसाराचे मिथ्यारूप समजून मन निवृत्त होते जे त्यास आत्मप्रकाशाकडे नेते,निवृत्त मन सत्य ज्ञान मिळण्यास कारण आहे.

अज्ञानकारभेदेनविद्दयाख्येनैव केवलम् । पशूनामात्मनां भेद: कल्पितो न स्वभावत: ।।८।।
अज्ञानकारभेदेन मायाख्येनैव केवलम् । विभाग: कल्पितो विप्रा: परमात्मत्वलक्षण: ।।९।।

स्वभावत: भेद (विशुद्ध तत्वात) नाही,मलीन सत्वगुण भेद निर्माण करतो जिच माया आहे,माया हि स्वस्वरूपाच्या अज्ञानामुळे होते,मायेमुळे वैराग्यधारी संन्यासी सुद्धा परमात्मा तत्वाचे अनेक भेद करतात,वास्तविक भेद नाही,भेद कल्पनेने आहे.

घटाकाशमहाकाशविभाग: कल्पितो यथा । तथैव कल्पितो भेदो जीवात्मपरमात्मनो: ।।१०।।

घटाकाश-महाकाश भेद,जीवात्मा-परमात्मा हा भेद हि फक्त कल्पना आहे.फक्त द्दृष्टान्तासाठी हे आहे,वास्तविक भेद कल्पनेने होतो.

यथा जीवबहुत्वं च कल्पितं मुनिपुङ्गवा: । तथा परबहुत्वं च कल्पितं न स्वभावत: ।।११।।
यथोच्चावचभावस्तु जीवभेदे तु कल्पित: । तथोच्चावचभावाश्र्च परभेदे च कल्पिता: ।।१२।।

भेद कल्पना हि बहुविधत्व दाखविते ह्यात विद्द्याभेद सुद्धा आहेत हे स्वभावत:(स्वभावानुसार) आहे,वास्तव नाही,भेद कल्पना ह्या ब्रह्माविष्णुमहेश असे तीन देव सांगण्यापर्यंत आहे.

देहेन्द्रियादिसंघातवासनाभेदभेदिता । अविद्दया जीवभेदस्य हेतुर्नान्य: प्रकीर्तित: ।।१३।।

देहातील इंद्रियांच्या संबंधाने जीव अनेकदा भोगेच्छेच्या हेतूने (वासनेने) अनेक कल्पना करतो ज्याने अनेक भेद निर्माण होतात.

गुणानां वासना भेदभेदिता या व्दिजर्षभा: । माया सा परभेदस्य हेतुर्नान्य: प्रकीर्तित: ।।१४।।

त्रिगुणांप्रमाणे वासना आहेत,ज्यात हेतु मुख्य आहे(जसा हेतु तसा देव) हाच ब्रह्माविष्णुमहेश असा भेद करतो,असा मायेत गुणांचा भेद प्रसिद्ध आहे.

यस्य मायागत सत्वं शरीरं स्यात्तमो गुण: । संहाराय त्रिमुर्तीना स रुद्र: स्यान्न चापर:।।१५।। रजो यस्य तम: साक्षाच्छिरीरं सात्विको गुणा: । पालनाय त्रिमुर्तीना स विष्णु: स्यान्न चापर: ।।१६।। रजो यस्य शरीरं स्थात्तदेवोत्पादनाय च । त्रिमुर्तीना स वै ब्रह्मा भवेव्दिप्रा न चापर: ।।१७।।

मायेमुळे सत्वगुणा त्रिगुणात्मक (गुणात्मक) होतो.ह्यामायेचा नाश करण्यास रुद्र सर्वोत्तम आहे,रज किंवा तम हे प्रत्यक्षात (साक्षात) सत्वगुणच आहेत,ह्या दोन्ही गुणांचे पालन(पालनपोषण)करण्यास विष्णु सर्वोत्तम आहे,रजोगुण जरी शरीरात उत्पत्तीसाठी स्थित असला व त्रिमूर्तीत ब्रह्मा हे त्याचे स्वरूप असले तरी संन्यासासाठी हा सर्वश्रेष्ठ-उत्तम नाही.आत्मप्राप्तीसाठी इतर दोन उत्तम होत.

रुद्रस्य विग्रहं शुक्लं कृष्णं विष्णोश्र्च विग्रहम् । ब्रह्मणो विग्रहं रक्तं चिन्तयेभ्दुक्तिमुक्तये ।।१८।।

ब्रह्माविष्णुरुद्र ह्यांच्या लीलांचे अनुक्रमे, रक्त,कृष्ण,शुक्ल वर्णांच्या विग्रहानी चिंतन करतात.

शौक्ल्यं सत्वगुणाज्जातं रागो जातो रजोगुणात् । कार्ष्ण्यं तमोगुणाज्जातमिति विद्दयात्समासत: ।।१९।।

मंत्रात असलेला सत्वरजतम क्रम हा शुक्लरक्तकृष्ण वर्णांनी युक्त आहे तसाच त्यातील भाव आहे.शुक्ल सत्व,राग रज,काष्र्ण्य तम होय.

परतत्वैकताबुद्धया ब्रह्माणं विष्णुमीश्वरम् । परतत्वतया वेदा वदन्ति स्मृतत्योऽपि च ।।२०।। पुराणानि समस्तानि भारतप्रमुखान्यपि । परतत्वैकताबुद्या तात्पर्य प्रवदन्ति च ।।२१।।

विशुद्धसत्वगुणांकडे जाणारी नास्तिकांची बुद्धि व्यवहारातील भेद दर्शविते तो ब्रह्माविष्णुरूप आहे हेच वेदवेदान्त-स्मृति परतत्वाकडे जाणारे विशुद्धरूप सांगतात.समस्त पुराणे त्यात प्रामुख्याने भारतातील परतत्वबुद्धिबद्दल असेच सांगतात हे लक्षात येईल.

ब्रह्मविष्ण्वादिरूपेण केवलं मुनिपुङ्गवा: । ब्रह्मविष्ण्वदयस्त्वेव न परं तत्वमास्तिका: ।।२२।।

ब्रह्माविष्णुरूपाने सांगितलेले ज्ञान हे दुसरे काही नसून परतत्वात्मकच आहे फक्त त्यात ब्रह्माविष्णु ह्यांचे विशेषरूप आहे.

तथाऽपि रुद्र: सर्वेषामुत्कृष्टं परिकीर्तिता: । स्वशरीरतया यस्यान्मुनुते सत्वमुत्तमम् ।।२३।।

ब्रह्माविष्णु ह्यांचे विशेषरूप सांगितले असले तरी स्वशरीरात रुद्र हे सत्वगुणात्मक व सर्वात उत्तम असे सांगितल्याचे प्रसिद्ध आहे

रजसस्तमस: सत्वमुत्कृष्टं हि व्दिजोत्तमा: । सत्वात्सुखं च ज्ञानं च यत्किंचिदपरं परम् ।।२४।।

हे ब्राह्मणश्रेष्ठ रजतम ह्यांना उत्कर्ष-चेतना सत्वगुण देतो,ज्याच्या थोड्याश्या असण्याने सुद्धा सुख व ज्ञान प्राप्त होते.

परतत्वप्रकाशस्तु रुद्रस्यैव महत्तर: । ब्रह्मविष्णांदिदेवानां न तथा मुनिपुङ्गवा: ।।२५।।

मुनिश्रेष्ठ,सत्वगुणविरह किंवा ब्रह्माविष्णुत सत्वगुणरुपी रुद्रच महान आहेत.ज्याने परतत्व प्रकाशमान आहे.

परतत्वतया रुद्र: स्वात्मानं मुनते भृशम् । परतत्वप्रकाशेन न तथा देवतान्तरम् ।।२६।।

रुद्र परमात्मा रुपात स्वयं विद्दयमान आहेत ह्याचे विस्मरण होऊ नये,रुद्रदेव म्हणजेच परमात्मप्रकाश आहे.

हरिब्रह्मादिरूपेण स्वात्मानं मनुते भृशम् । हरिब्रह्मादयो देवा न तथा रुद्रमास्तिका: ।।२७।।

हरिब्रह्मादिरूपे हि स्वभावतः त्यारूपाचा अहंगुण आहेत,रुद्ररुपात संहार (संसार-बंधन-नाश) आहे त्यामुळे त्यात रूपाचा अहंगुण नाही.

रुद्र: कथंचित्कार्यार्थं मनुते रुद्ररुपत: । न तथा देवता: सर्वा ब्रह्मस्फूर्त्यल्पताबलात् ।।२८।।

रुद्ररूप हे विशेष कार्यासाठी आहे,इतर देवता ह्या ते कार्य करू शकत नाहीत.

ब्रह्मविष्णादयो देवा: स्वात्मानं मन्वेवेऽज्जसा । न कश्चित्ततत्वरूपेण न तथा रुद्र आस्तिका: ।।२९।।ब्रह्मविष्णादयो देवा: स्वात्मानं मन्वेतेऽज्जसा । कथंचितत्वरूपेण न तथा रुद्र आस्तिका: ।।३०।।तत्वबुद्धि: स्वतःसिद्धा रुद्रस्याय तपोधना: । हरिब्रह्मादिबुद्धिस्तु तेषां स्वाभाविकी मता ।।३१।।

ब्रह्माविष्णुरूप साधकाच्या मनात असते,तसे रुद्ररूपाबद्दल नाही,मनाचा वा बुद्धीचा स्वभाव स्वाभाविक ब्रह्माविष्णुरूप असला रुद्ररूपाने यज्ञ करावा जो परमार्थ बुद्धि वाढवून संपन्नतेकडे नेतो.

हरिब्रह्मादिदेवान्ये पूजयन्ति यथाबलम् । अचिरान्न परप्राप्तिस्तेषामस्ति क्रमेण हि ।।३२।।

आपल्या शक्तिनुसार हरिब्रह्मा पूजेने क्रमश: जिव रुद्र स्वरूपाकडे परमात्माप्राप्तीकडे जातो.

रुद्रं ये वेदविच्छ्रेष्ठा: पूजयन्ति यथाबलम् । तेषामस्ति परप्राप्तिरचिरान्न क्रमेण तु ।।३३।।

वेद जाणणारे रुद्राची यथाशक्ति पूजा करतात ज्याने ते परमात्मा प्राप्तीकडे जातात.

रुद्राकारतया रुद्रो वरिष्ठो देवतान्तरात् । इति निश्चयबुद्धिस्तु नराणां मुक्तिदायिनी ।।३४।। गुणाभिमानिनो रुद्राद्धरिब्रह्मादिदेवता: । वरिष्ठा इति बुद्धिस्तु सत्यं संसारकारणम् ।।३५।।

रुद्रस्वरूप सर्वात श्रेष्ठ आहे अशा निश्चयात्मक बुद्धीने मनुष्य मुक्तिकडे जातो, गुणाभिमानाने जरी अनेक जीव त्यास देवता म्हणत असले तरी रुद्र त्याच्या विशिष्ट कार्यासाठी देवतांत श्रेष्ठ आहे.ज्याने बुद्धि सत्याकडून संसाराकडे जाते.

परतत्वादपि श्रेष्ठो रुद्रो विष्णु: पितामह: । इति निश्चयबुद्धिस्तु सत्यं संसारकारणम् ।।३६।। रुद्रो विष्णु: प्रजानाय: स्वरादसम्राटपुरंदर: । परतत्वमिति ज्ञानं नराणां मुक्तिकारणम् ।।३७।।

परतत्व स्वरूपाचा विचार करता रुद्र विष्णुंचे आजोबा आहेत,संसारात अशी निश्चयबुद्धि सत्याकडे नेते,रुद्र हेच विष्णुरूपाचे कारक आहेत जे रुद्राचे ज्ञान मिळवतात ते परतत्व ज्ञान व मुक्ति प्राप्त करतात.

अमात्ये राजबुद्धिस्तु न दोषाय फलाय हि । तस्माद्ब्रह्यमतिर्मुख्या सर्वत्र न हि संशय: ।।३८।। तथाऽपि रुद्रे विपेन्द्रा परतत्वमतिर्भृशम् । वरिष्ठा न तथाऽन्येपु परस्फूर्त्यल्पताबलात् ।।३९।।

राजपुरुषांची बुद्धि ब्रह्मारूप असून कर्तव्याने ति रुद्रमय होते.

अस्ति रुद्रस्य विपेन्द्रा अन्त: सत्वं बहिस्तम: । विष्णोरन्तस्तम: सत्वं बहिरस्ति रजोगुण: ।।४०।। अन्तर्बहिश्र्च विपेन्द्रा अस्ति तस्य प्रजापते: । अतोऽपेक्ष्य गुणं सत्वं मनुष्या विवदन्ति च।।४१।। हरि: श्रेष्ठो हर: श्रेष्ठ इत्यहो मोहवैभवम् । सत्वाभावात्पजानाथं वरिष्ठं नैव मन्वते ।।४२।। अनेकजन्मसिद्धानां श्रौतस्मार्तनुवर्तिनाम् । हर: श्रेष्ठो हरे: साक्षादिति बुद्धि: प्रजायते ।।४३।। महापापवतां नृणां हरि: श्रेष्ठो हरादिति । बुद्धिर्विजायते तेषां सदा संसार एव हि ।।४४।।निर्विकल्पे परे तत्वे श्रद्धा येषां विजायते । अयत्रसिद्धा परमा मुक्तिस्तेषां न संशय: ।।४५।।

अंततः रुद्ररुपी विपेन्द्र (इंद्रियांचे दमन करणारा) बाह्यरुपी सत्व असतो,अंततः विष्णुरूपी सत्व बाह्यत: रजोगुणी असतो असा विपेन्द्र अंर्तबाह्य प्रजापति रूप आहे,मनुष्याचा सत्वगुणाबद्दल नेहमी वाद असतो

(त्याची अपेक्षा निराळीच असते),हरि हर श्रेष्ठ इत्यादि मोहरूप आहे,ज्यास खरी भावना आहे तो श्रेष्ठ-वरिष्ठ मानत नाही श्रौत व स्मार्त सिद्धांनी ह्यांनी अनेक जन्मानंतर हर हे श्रेष्ठ असल्याचे बुद्धिला समजल्याचे सांगितले आहे.महापापी राजांनी हरि श्रेष्ठ असल्याचे म्हंटले आहे कारण त्यांची बुद्धि संसारात तशीच आहे,निर्विकल्पाकडे जाण्यासाठी श्रद्धा लागते,अशा सिद्धांना परम मुक्ति मिळते ह्यात संशय नाही.

निर्विकल्पे परं तत्वं नाम साक्षाच्छिव: पर: । सोऽयं साम्बस्त्रिनेत्रश्च चन्द्रार्धकृतशेखर: ।।४६।। स्वात्मतत्वसुखस्फुर्तिप्रमोदात्ताण्डवप्रिय: । रुद्रविष्णुप्रजानाथैरुपास्यो गुणमूर्तिभि: ।।४७।। ईद्दशी परमा मूर्तिर्यस्यासाधारणी सदा । तद्धि साक्षात्परं तत्वं नान्यत्सत्यं मयोदितम् ।।४८।। विष्णुं ब्रह्माणमन्यं वा स्वमोहान्मन्वते परम् । न तेषां मुक्तिरेषाऽस्ति ततस्ते न परं पदम् ।।४९।।

सांब,त्रिनेत्र,अर्धचन्द्र धारण केलेले चन्द्रशेखर हेच निर्विकल्पात शिवरूप आहेत.जे स्वात्मसुखाचा आनंद (तांडव) प्रदान करणारे आहेत.ज्या देवांच्या (विष्णुरुद्र) मूर्ति आहेत त्या सर्वसाधारणासाठी आहेत व त्या गुणमुर्ती आहेत.ज्याने परमतत्वाचा बोध होत नाही.ब्रह्माविष्णुचा सामान्यांना मोह आहे,जो संसारिक भोगासाठी जास्त आहे,पण त्याने मुक्ति तसेच परमपद मिळत नाही.

तस्मादेषा परा मूर्तिर्यस्यासाधारणी भवेत् । स शिव: सच्चिदानन्दा साक्षात्तत्वं न चापर: ।।५०।।

म्हणजे मूर्ति हि एक साधारण आहे,ज्यात सर्वोत्तम अशा सच्चितानंद अश्या परमशिंवाचे साक्षात तत्व दिसत नाही.

ब्रह्मा विष्णुश्च रुद्रश्च विभक्ता अपि पण्डिता: । परमात्मविभागस्था न जीवव्युहसंस्थिता ।।५१।।

पण्डित ब्रह्माविष्णुमहेश ह्यांचे विभक्त रूप सांगतात,पण जीव परमात्म्याच्या अश्या विभागलेल्या स्वरूपात जीवाची स्थिती नाही,असे विभक्तरूप फक्त माया आहे.

अविद्दयोपाधिको जीवो न मायापाधिक: खलु । मायोपाधिकचैतन्यं परमात्मा हि नापरम् ।।५२।।

अविद्दया असलेला जीव मायेचि उपाधी असणारा नाही,मायेत चैतन्यरूपाने परमात्माच आहे.

मायाकार्यगुणच्छन्ना ब्रह्मविष्णुमहेश्र्वरा: । मायोपाधिपरव्यूहा न जीवव्यूहसंस्थिता: ।।५३।।

मायेत गुणरूपाने ब्रह्माविष्णुमहेश्र्वर आहेत,अश्या मायेचा जीव व्यूह जीवाने उत्पन्न केलेला नाही.

परमात्मविभागत्वं ब्रह्मादीनां व्दिजर्षभा: । समानमपि रुद्रस्तु वरिष्ठो नात्र संशय: ।।५४।।

परमात्म्याला,त्यात ब्रह्माला पंडितांनी विभाग रुपात सांगितले आहे,तसेच रुद्राला सुद्धा,तरी सुद्धा रुद्र हे सर्वात वरिष्ठ आहेत ह्यात संशय नाही.

ब्रह्मा विष्णुश्र्च रुद्रश्र्च स्वासाधारणरुपत: । स्वविभूत्यात्मना चापि कुर्वाते एव सेवनम् ।।५५।। रुद्र स्वेनैव रूपेण विष्णोश्र्च ब्रह्मणस्तथा । सेवनं नैव कुरुते विभुतेर्वा व्दयोरपि ।।५६।।

स्वविभुती मोठी दाखविण्यासाठी ब्रह्मा-विष्णु-रुद्र ह्या साधारण मूर्ति करून त्याची सेवा करण्याचे कसब काहींनी मिळविले आहे,रुद्राचे सेवक विष्णूचि सेवा करत नाहीत,हा सर्व परतत्व विभागण्याचा परिणाम आहे.

केवलं कृपया रुद्रो लोकांना हितकाम्यया । स्वविभूत्यात्मना विष्णोर्बह्मणश्र्चापरस्य च ।।५७।। करोति सेवा हे विप्रा: कदाचित्सत्यमीरितम् । न तथा ब्रह्मणा विष्णुने ब्रह्मा न पुरंदर:।।५८।।

रुद्र व विष्णूची विभुती आराधना होताना दिसते,पण ब्रह्मा ब्राह्मण, विष्णु आराधना दिसत नाही,परंतु संन्यासी साधक असा परमात्मा उपासनेत फरक करत नाहीत.

एतावन्मात्रमालम्ब्य रुद्रं विष्णुं प्रजापतिम् । मन्वते हि समं मर्त्या मायया परिमोहिता ।।५९।। केचिदेषां महायासात्साम्यं वाच्छन्ति मोहिता: । हरिरजस्य चोत्कर्ष हराव्दाच्छन्ति केचन ।।६०।। रुद्रेण साम्यमन्येषां वाच्छन्ति च विमोहिता: । ते महापातकैर्युकता यास्यन्ति नरकार्णवम् ।।६१।। रुद्रादुत्कर्षमन्येषां ये वाच्छन्ति विमोहिता: । पच्यन्ते नरके तीव्रे सदा ते न हि संशय: ।।६२।।

मृत्युलोकात विष्णुरुद्र ह्याचीच मान्यता आहे,कदाचित त्यातील काही साम्ये त्यांना असे करण्यास मोहित करतात,हरि-रजत्व उत्कर्षासाठी आहे असे ते मानतात त्यात हर नसतो पण जे मोहित झालेले नाहीत असे साधक रुद्र मानतात कारण त्याने महापातक व नरक संपतो.

केचिदव्दैतमाश्रित्य बैडालव्रतिका नरा: । साम्यं रुद्रेण सर्वेषां प्रवदन्ति विमोहिता: ।।६३।। देहकारेण चैकत्वे सत्यपि व्दिजपुग्ङवा: । शिरसा पादयो: साम्यं सर्वथा नास्ति हि व्दिजा: ।।६४।।

ब्राह्मणांना सुद्धा रुद्राचे साम्य व दृष्टांत याचा विशेष ह्याचा मोह होतो,तो देहि असताना,त्या साम्यात देहसाम्य नसते.

यथाऽऽस्यापानयो: साम्यं छिद्रतोऽपि न विद्दयते । तथैकत्वेऽपि सर्वेषां रुद्रसाम्यं न विद्दयते ।।६५।। विष्णुप्रजापतीन्द्राणामुत्कर्ष शंकरादपि । प्रवदन्तीव वाक्यांनि श्रौतानि प्रतिभान्ति च ।।६६।।

खरे पाहता साम्य आढळत नाही कारण ब्रह्माविष्णुतुन उत्कर्ष हा शिवस्वरूपानेच आहे असे श्रुति सांगतात.

पौराणिकानि वाक्यानि स्मार्तानि प्रतिभान्ति च । तानि तत्वात्मना तेषांमुत्कर्ष प्रवदन्ति हि ।।६७।। विष्णुप्रजापतीन्द्रेभ्यो रुद्रस्योत्कर्षमास्तिका: । वदन्ति यानि वाक्यानि तानि सर्वाणि हे व्दिजा: ।।६८।। प्रवदन्ति स्वरूपेण तथा तत्वात्मनाऽपि च । नैवं विष्णादिदेवानामिति तत्वव्यवस्थिति: ।।६९।। बहुनोक्तेन किं जीवास्त्रिमूर्तीना विभूतया:। वरिष्ठा हि विभूतिभ्यस्ते वरिष्ठा न संशय: ।।७०।।

स्मार्त,पुराणे हयात सुद्धा असेच सांगितल्याचे आढळते.तेच ब्राह्मण सांगतात.काहीजण स्त्रीमूर्ति सुद्धा उत्कर्षासाठी मानतात असे असले तरी रुद्राच्या विशेषत्वाताचा थोरपणा कमी होत नाही.

तेषु रुद्रो वरिष्ठश्र्च ततो मायी पर: शिव: । मायाविशिष्टात्सर्वज्ञ: साम्य: सत्यादिलक्षण:।।७१।। वरिष्ठो मुनय: साक्षाच्छिवो नात्र विचारणा । शिवाव्दरिष्ठो नैवास्ति मया सत्यमुदीरितम् ।।७२।। शिवस्वरूपमालोड्य प्रवदामि समासत: । शिवादन्यतया भातं शिव एव न संशय: ।।७३।।

काहीजण स्त्रीरूप मानतात,ह्यासाठी शिवरूप-शिवशक्ति स्वरूप आहे असे मानावे लागते खरेतर सत्यरूपच आहे जे शिवरूप आहे,व्दिधा स्वरूप मानल्याने शिवरूपाचे मायारूपाशी साम्य वाटते,पण माया खरी नाही,ह्यातच शिवरूपाचे मोठेपण लक्षात येईल.असे शिवस्वरूपाच्या भासाबद्दल मी सांगितले,शिव हेच खरे सत्य आहे अन्य काही नाही.

शिवादन्यतया भातं शिवं यो वेद वेदत: । स वेद परमं तत्वं नास्ति संशयकारणम् ।।७४।। य: शिवं सकलं साक्षाव्देद वेदान्तवाक्यत: । स मुक्तो नात्र संदेह: सत्यमेव मयोदितम् ।।७५।।

वेद ह्याच स्वरूपाबद्दल सांगतात,म्हणून वेद परमतत्व सांगतात असे म्हणतात,शिव हेच सर्व असल्याचे वेदान्त वाक्य आहे,म्हणूनच मुक्ति हि सत्य आहे असे म्हणतात,ह्यात संशय नाही.

भासमानमिदं सर्वं भावमेवेति वेद य: । स भानरूपं देवेशं याति नात्र विचारणा ।।७६।। प्रतीतमखिलं शंभुं तर्कतश्र्च प्रमाणत: । स्वानुभूत्या च यो वेद स एव परमार्थवित् ।।७७।।

सर्व जग हे भासमान आहे असेच वेद सांगतात,एकदा शिवरूप समजले कि बाकीचे विचारावे लागत नाही,तर्काने सुद्धा शंभूच आहेत हे कळेल.वेदांत परमार्थ अनुभवच लिहिला आहे.

जगद्रूपतया पश्यन्नपि नैव प्रपश्यति । प्रतीतमखिलं ब्रह्म संपश्यन्न हि संशय: ।।७८।।

जगदभास हा भावामुळे आहे तो सत्य नाही,ब्रह्मच सर्वव्यापी आहे ह्यात शंका नाही.

प्रतीतमप्रतीतं च सदसच्च पर: शिव: । इति वेदान्तवाक्यांना निष्ठाकाष्ठा सुदुर्लभा ।।७९।।इति सकल कृपया मयोदितं व: श्रुतिवचसा कथितं यथा तथैव । यदि हृदये निहितं समस्तमेतत्परमगतिर्भवतामिहैव सिद्धा ।।८०।।

सर्व शिवरूप आहे दृश्य खोटे आहे ह्या सिद्धांतावर निष्ठा असणारे कमी-दुर्लभ आहेत,सगळ्यांच्या कृपेने मी हे श्रुतिवचन सांगितले,हे हृदयात धारण करणारे परमगतीला जातील.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे आत्मना सृष्टिकथनम समाप्त:।।

||रहस्यविचार||

रहस्यं संप्रवक्षामि समासेन न विस्तरात् । श्रुणुत श्रद्धया विप्रा: सर्वसिद्ध्यर्थमुत्तमम् ||१||

पुर्णज्ञान प्राप्तिसाठी जे साधन लागते ते स्वशरीरात करावे लागणारे ध्यान्याचे साधन रहस्य मि सांगतो,ज्याने परशिवप्रसाद प्राप्त होतो.

देवता: सर्वदेहेषु स्थिता: सत्यतपोधना: । सर्वेषां कारणं साक्षात्परतत्वमपि स्थितम् ||२||

शरीराचे नियम करण्यासाठी अनेक देवता शरीरात स्थित आहेत,तसेच त्यासगळ्याचे कारण असे परमात्मा-तत्व सुद्धा आहे.

पश्र्चभूतात्मके देहे स्थुले षाट्कौशिके सदा । पृथ्विव्यादिक्रमैणव वर्तन्ते पंश्च देवता: ||३||

पंचभुते हि षाट-कौशिक रुपात देहात स्थित आहेत,त्यामुळे देवतेची ध्यान हे पंचभूतात आहे,तसेच स्थुल शरीरात पृथ्वीपासून क्रम व देवतांचा ब्रह्मा-विष्णु-रुद्र-सदाशिव क्रम आहे.

कार्य रुद्रोऽग्निभागे च वाय्वंशे चेश्र्वर: पर: । आकाशांशे शरीरस्य स्थित: साक्षात्सदाशिव: ||४||

पंचभुतातील ह्याकार्यात विशेष कार्य प्रत्येकाचे आहे त्यात शिवांचे ईश्वरी कार्य आकाशरूप असून सदाशिव स्वरूप शरीर आहे.

शरीरस्य बर्हिभागो विराडात्मा स्थिता सदा ||५||अंर्तर्भागे स्वराडात्मा साम्राड्देहस्य मध्यमे |ज्ञानेन्द्रियसमारुख्येषु श्रोतादिषु यथाक्रमात ||६||दिग्वाय्वर्कजलाध्यक्षभूमिसंज्ञाश्र्च देवता: । कर्मेद्रिय समाख्येषु पादपाण्यादिषु क्रमात् ||७||त्रिविक्रमेन्द्रवह्याख्या देवताश्र्च प्रजापति: । मित्रसंज्ञश्र्च वर्तन्ते प्राणे सूत्रात्मसंज्ञित: ||८||

शरीराच्या बाह्यभागात विरडात्मा असून अंर्तभागात स्वराडात्मा आहे,अश्या व्दिज स्वरूपामुळे मध्ये साम्राडात्मा आहे हे सर्व अभिमानी आत्मे आहेत,(ज्ञानेन्द्रिय-)कानाच्या कडून क्रमाने देवतांचे ध्यान

करतात,कर्मेंद्रियांचा क्रम पायापासून आहे,त्रिविक्रम ह्या सारख्या देवता प्रजापतिरूप आहेत.ह्या प्राणात मित्र रुपात असून सूत्राने बांधल्या आहेत.

हिरण्यगर्भो भगवानन्त:करणसंज्ञिते । तदवस्थाप्रभेदेषु चन्द्रमा मनसि स्थित: ।।९।। बुद्धौ बृहस्पतिर्विप्रा: स्थित: कालाग्निरुद्रक: । अहंकारे शिवश्चिते रोमसु क्षुद्रदेवता: ।।१०।। भुतप्रेतादय: सर्वे स्थिता: देहस्यास्थिषु संस्थिता: । पिशाचा राक्षसा: सर्वे स्थिता: स्नायुषु सर्वश: ।।११।। मज्जाख्ये पितृगन्धर्वास्त्वङ्यांसरुधरेषु च । वर्तन्ते तत्र संसिद्धा देवता: सकला व्दिजा: ।।१२।।

हिरण्यगर्भात भगवानांचे अंतःकरण असून,मन चन्द्रमारूप आहे बुद्धि बृहस्पतिरूप असून कालाग्नि रुद्ररूप आहे.शिवचित्तात अहंकार रूपाने रोमसु हि क्षुद्र देवता आहे.देहात भुतप्रेतांची स्थाने आहेत,पिशाश्र्च,राक्षस सर्व स्नायुत आहेत.मज्जास्थानी पितृ,गंधर्व आहेत.स्वसिध्द देवता सर्व शरीरभर आहेत.

त्रिमूर्तीनां तु यो ब्रह्मा तस्य घोरा तनुर्व्दिजा: । दक्षिणाक्षिणि जन्तूनामन्तर्भागे रविर्बहि:।।१३।। त्रिमूर्तीना तु यो ब्रह्मा तस्य शान्ता तनुर्व्दिजा: । वर्तते वामेनत्रान्तर्भागे बाह्ये निशाकर: ।।१४।। त्रिमूर्तीना तु यो विष्णु: स कण्ठे वर्तते सदा । अन्त: शान्ततनुर्धोरा तनुर्बाह्ये व्दिजर्षभा: ।।१५।। त्रिमूर्तीना तु यो रुद्रो हृदये वर्तते सदा । अन्त: शान्ततनुर्धोरा तनुर्बाह्ये व्दिजर्षभा:।।१६।।

शांतता भेद(महास्पोट) झाल्यावर ब्रह्माविष्णुमहेश्र्वर ह्यांचे स्थान दृष्टी(डोळे) कंठ हृदय हे आहेत तसेच जसे बाहेर सुर्य-चन्द्र तसेच आत मुर्धाअग्नि आहे.

सर्वेषां कारणं यत्तव्द्रह्य सत्यादिलक्षणम् । ब्रह्मरंध्रे महास्थाने वर्तते सततं व्दिजा: ।।१७।।

सत्यस्वरूप ब्रह्म,अनेक विकल्पांनी देवतांमुळे व्दादश रुपात वाटते.

चिच्छक्ति: परमा देहमध्यमे सुप्रतिष्ठिता । मायाशक्तिर्ललाटाग्रभागे व्योमाम्बुजादध: ।।१८।।

चैतन्यरूप ब्रह्मशक्ति मुलाधारात स्थित असून जी चित्तशक्ति आहे असे म्हणतात ती त्रिगुणात्मक शक्ति हि शक्ति ललाटमार्गे ब्रह्मरंध्रातून जाऊन व्योमात स्थित होते.

नादरूपा परा शक्तिर्ललाटस्य तु मध्यमे । भागे बिन्दुमयी शक्तिर्ललाटस्यापरांशके ।।१९।।

हि नादरूप शब्दब्रह्मात्मिका पराशक्तिरूप असून ललाटात मध्यभागी आहे,तशीच ती बिंदुरूप असून ललाटात स्थित आहे.(ललाट चक्र- ब्राह्मण शेंडी ठेवतात तेथे-जवळ भृमध्याच्या रेषेत आहे तेथे बिंदुस्थान असून जीवात्मा स्थान आहे)

बिन्दुमध्ये तु जीवात्मा सूक्ष्मरूपेण वर्तते । हृदये स्थुलरूपेण मध्यमेन तु मध्यमे ।।२०।।

बिंदुमध्ये जीवात्मा सूक्ष्मरूपाने आहे तर हृदयात स्थुलरूपाने आहे व हृदयमध्यमेत मध्यरूपाने आहे.

देवी सरस्वती साक्षाब्द्रह्मपत्नी सनातनी । जिव्हाग्रे वर्तते नित्यं सर्वविदयाप्रदायिनी ।।२१।।

ब्रह्मपत्नी सरस्वती सनातनी असून जिव्हाग्रावर वास करते,ती सर्वविद्या प्रदान करणारी आहे.

विष्णुपत्नी महालक्ष्मीर्वर्ततेऽनाहते सदा । रुद्रपत्नी तु रुद्रेण पार्वती सह वर्तते ।।२२।। सर्वत्र वर्तते साक्षाच्छिव: साम्ब: सनातन: । सत्यादिलक्षण: शुद्ध: सर्वदेवनमस्कृत: ।।२३।।

विष्णुपत्नी हि अनाहत रूपाने हृमध्यात असून रुद्रपत्नी रुद्रस्वरुपात आहे जी पार्वती होय,साम्ब सदाशिव सर्वत्र व्याप्त आहेत,त्यांचे स्वरूप शुद्ध असून सत्यादि-लक्षणांनी युक्त आहे.

सम्यग्ज्ञानवतां देहे देवता: सकला अमू: । प्रत्यगात्मतया भान्ति देवतारुपतोऽपि च ।।२४।।

सम्यगदेवतांची स्थाने देहात आहेत,त्यासाठी विशिष्ट देवतारूप असे पहावयास हवे.

वेदमार्गैकनिष्ठांना विशुद्धानां तु विग्रहे । देवतारुपतो भान्ति व्दिजा न प्रत्यगात्मना ।।२५।।

वेदमार्गावर भरवसा असणारे विशुद्ध होण्यासाठी आग्रही असतात,त्यामार्गात प्रत्यगात्मा(विशिष्ट-विशेष)) असतो.

तान्त्रिकाणां शरीरे तु देवता: सकला: अमू: । वर्तन्ते न प्रकाशन्ते व्दिजेन्द्रा: शुद्धयभावत: ।।२६।।

अनेक आगम तंत्रात (शिव-वैष्णव) शुद्ध भाव नसतो.त्यामुळे देवता स्वरूप स्पष्ट असत नाही पण वेदमार्गात विशुद्ध-भाव असल्याने मात्र सर्व दिसते.

यथाजातजनानां तु शरीरे सर्वदेवता: । तिरोभूततया नित्यं वर्तन्ते मुनिसत्तमा: ।।२७।। अतश्च भोगमोक्षार्थी शरीरं देवतामयम् । स्वकीयं परकीयं च पूजयेत्तु विशेषत: ।।२८।। नावमानं सदा कुर्यान्मोहतो वाऽपि मानव: । यदि कुर्यात्पमादेन पतत्येव भवोदधौ ।।२९।। दुर्वृत्तमपि मुर्खं च पुजयेद्देवतात्मना । देवतारूपत: पश्यन्मुच्यते भवबन्धनात् ।।३०।।

अज्ञानी जीवांच्या शरीरात सुद्धा सर्व देवता स्थित आहेत पण प्रकाशमान नाहीत.भोगी-योगी दोघांचे शरीर देवतामय आहे.आपले व परके दोन्ही त्याची पूजा करतात,नामाचा सर्व मानवांना मोह आहे,पण स्वनाम-मोठे करण्यास गेले तर पतित होतो,वाईट प्रवृतीचे व मूर्ख लोक सुद्धा देवतांचे पूजन करतात व त्याच्या भावबंधनात राहतात.

मोहेनापि सदा नैव कुर्यादप्रियभाषणम् । यदि कृर्यात्पमादेन हन्ति तं देवता परा ।।३१।। न क्षतं विग्रहे कुर्यादस्त्रशस्त्रखादिभि: । तथा न लोहितं कुर्याद्वयदि कुर्यात्पतत्यध: ।।३२।। स्वदेहे परदेहे वा न कुर्यादक्ङनं नर: । यदि कुर्याच्च चक्राद्दयै: पतत्येव न संशय: ।।३३।। रहस्यं सर्वशास्त्रांणां मया प्रोक्तं समासत: । शरीरं देवतारूपं भजध्वं यूयमास्तिका: ।।३४।।

शरीर देवता स्वरूप आहे हे जाणावे,त्याप्रमाणे वर्तन करावे जर मोहाने असे प्रिय भाषण नसेल तर देवता कृपा नाहिशी होते,जर त्या भावना अतितीव्र असल्या तर लोखंडा-सारख्या जड होऊन आपले शरीर भावनात्मक दृष्ट्या पतित होते त्याचा प्रभाव चक्रातील शक्तिवर होतो. हे रहस्य जाणावे.

।।इति श्रीस्कान्दपुराणे सुतसंहितायां यज्ञवैभवखंण्डे रहस्यविचार समाप्त:।।